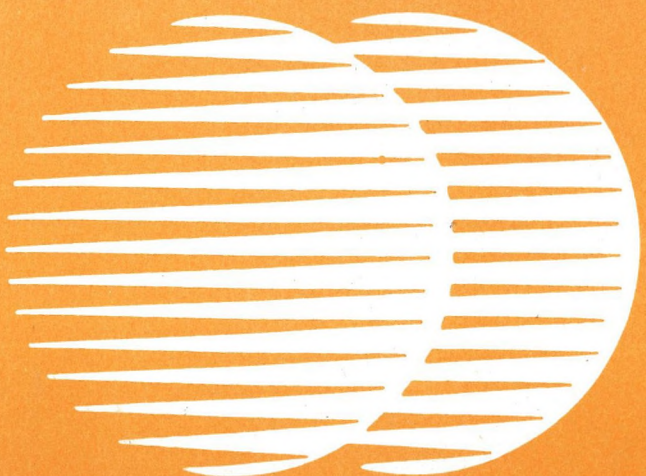
A testnevelés tanítása

XX. ÉVFOLYAM

1984/6

A MŰVELŐDÉSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA



Boros Jenő felvétele

A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:
Nagy Sándor

Szerkesztő bizottság:
Balázsné Kustos Mária
Burka Endre
Gyenge József
Dr. Nagy György
Pádár Károly
Dr. Székely Gabriella
Dr. Szigeti Lajos
Dr. Takács Ferenc

Rovatvezetők:
Dr. Andor György (Sport és nyelv)
Dr. Csider Tibor (Gyógytestnevelés)
Somorjai László (Riportok)
Szentgyörgyi Zoltán (Ötletek, újdonságok)
Lovas Albert (Képanyag)

E számunk szerzői: dr. Andor György nyelvész, Bp.; *Dubęcz József* testnevelő tanár, Bp.; *Fehér Valéria* testnevelő tanár, Bp.; *Hortobágyi Tibor* tudományos kutató, Bp.; *Nagy Sándor* testnevelő tanár, Bp.; *Somorjai László* egyetemi testnevelő tanár, Bp.; *Szentgyörgyi Zoltán* egyetemi testnevelő tanár, Bp.

TARTALOM

Nagy Sándor–Fehér Valéria A szakközépiskolai Részletes követelményrendszer kipróbálásának ötéves tapasztalatai. III. 161

Dubecz József–Nagy Sándor: A testnevelés tantárgyban bevezetett nevelési és oktatási tervek beváltásáról, a gyakorlati munka tapasztalatairól. III. 170

Somorjai László Hajdú Gyula életútjáról 178

Alkotóműhely 180

Gyógytestnevelés 182

Észrevételek, hozzászólások 184

Pillanatok a TF életéből 187

Könyvismertetés 189

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563–2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1946 Budapest VII., Gorkij fasor 17–21. Postafiók 33. Telefon: 211–200 – Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10–14. – A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója – Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hírlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. – 1900) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215–96 162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 33,– Ft – Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76 sz. alatti hírlapboltban.
Példányonkénti eladási ár: 5,50 Ft
Fejér megyei Nyomdaipari Vállalat – 1461322 Felelős vezető: Gyenti Pál igazgató.

A szakközépiskolai Részletes Követelményrendszer kipróbálásának ötéves tapasztalatai III.

NAGY SÁNDOR–FEHÉR VALÉRIA

Írásunk első és második részében beszámoltunk a szakközépiskolai Részletes Követelményrendszer (RKR) készítésének és kipróbálásának útjairól. Először az általános tapasztalatokat összegeztük, majd bemutattuk a kipróbálás résztvevőit, s minta kiválasztásának szempontjait, a kipróbálás személyi és tárgyi feltételeit. Végigjártuk azt az utat, amelyet a szakközépiskolai RKR-ek felépítésének változtatásában megtettünk, bemutatva azt a taxonomiai (terminológiai) rendet, amely a kísérlet végére kialakult. Közreadtuk a kipróbálás általános tapasztalatait, és elkezdtük a konkrét vélemények, javaslatok, észrevételek összefoglalását is. Beszámolónk harmadik részében folytatjuk a vélemények, észrevételek elemzését, és részletesen foglalkozunk a tanórán felmérésre fordított idővel.

I. A tananyag követelményszintjeit megállapító feladatok

A kipróbálás öt évig tartott. Ezért természetes, hogy az elsős és másodikos RKR-ek pontosan a kipróbáló tanárok tapasztalatainak felhasználásával is sokat változtak. Minden évben újra és újra felhasználtuk a tanárok észrevételeit, konkrét javaslatait. A következő vélemények és javaslatok jelentős része már a kipróbálás idején beépült a követelményrendszer anyagába.

a) Vélemények, észrevételek

A kipróbáló tanárok véleménye szerint a követelményszintet megállapító feladatok (gyakorlatok) alkalmasak a tanulók tudásszintjének megállapítására. Azokat jónak tartják. A tudásszintet megállapító mérő feladatok (gyakorlatok) nem bizonyultak nehéznek, azok a tanítási óra részeként elvégezhetők. Ugyanakkor olyan vélemény is van *(Németh Margit* Bp., 1981.), „hogy merev méréscentrikusságot alakít ki, ha az RKR esetleg ilyen formában lesz kötelező".

Felhívták a kipróbáló tanárok a figyelmet arra is, hogy több tanuló a nagyobb fejlődés érdekében az első mérésnél szándékosan alacsonyabb szinten mutatja be a feladatokat *(Jakab Lajos* Bp., 1980.) Van olyan vélemény is, hogy alaposabban kell megvizsgálni ezt a kérdéscsoportot: a feladatok, gyakorlatok mit, milyen képességeket mérnek, azok mire vonatkoznak, mire érvényesek. Például *Juhász Imre* (Mátészalka, 1982) szerint „több próba mér azonos képességeket – hosszú távú futás és futás-járás próba – melyből csak az egyik mérése is elegendő lenne a képesség mérésére".

1. Vélemények a feladatlapokról

A RKR kipróbálásának kezdetén többen idegenkedtek a feladatlapoktól. Részben azért, mert szokatlannak tartották a „dolgozatírást" testnevelésből, részben pedig sajnálták a gyakorlati foglalkozásoktól „elrabolt" időt. A kipróbálás első évében soknak is tartották a feladatlapok, illetve a feladatok számát. Természetesen a kipróbálás évei alatt a tanárok véleménye alapján sokat módosultak a feladatlapok is, számuk jelentősen csökkent.

Általában megállapíthatjuk, hogy végül is a tanárok és a tanulók megbarátkoztak a tantárgy ilyen típusú feladataival. Többen leírták jelentéseikben pozitív tapasztalataikat: A feladatlapok színesítik, érdekessé teszik a gyakorlati munkát. Szemléletesebbé válik a tanítás általuk, segítik a gyakorlati anyag elméleti feldolgozását. A feladatlapok gondolkodásra késztetik a tanulókat, illetve hozzásegítenek a gondolkodó cselekvés megoldásához. Nagyon népszerűek lettek a tanulók körében a képsorokat ábrázoló és a feleletválasztásos kérdések. A tanárok kérték, hogy minél több mozgásanyagot illusztráljunk így. Tartalmát tekintve a sportműveltséggel kapcsolatos, illetve a sportműveltséget fejlesztő kérdések váltak a legkedveltebbekké. A tanárok megelégedéssel tapasztalták, hogy ezek a feladatlapok arra késztették a tanulók nagyobb részét, hogy szabálykönyveket, sportszak-

könyveket olvassanak. Ugyanakkor problémaként felvetették a tanárok, hogy szaknyelvi ismereteket ne kérjünk számon, nem jegyzik meg a tanulók. Ezen kívül nehézséget okozott a pálcikarajz olvasása is.

2. Vélemények a Totóról

A kipróbáló tanárok általában jónak, könnyen elvégezhetőnek, érdekesnek tartották a TOTÓ feladatait is. A kérdések tartalmát illetően megoszlanak a vélemények. A tanárok egy része sportműveltségi kérdést javasol. Vannak, akik csak a középiskolai testnevelési tanterv anyagából választanának sportági kérdéseket, főként szabályismeretre vonatkozókat. Többen ismeretnyújtásra is felhasználnák a Totó-kérdéseket, illetve érdeklődés felkeltésére, tehát a tanterven kívüli sportágakra vonatkozóan kérdeznének inkább. A későbbiekben felsoroljuk a kipróbáló tanárok által javasolt Totókérdéseket, amelyek ezt a sokszínűséget mutatják.

3. Vélemények az antropometriai-fiziológiai adatok méréséről

Az antropometriai-fiziológiai méréseket többnyire a tanulók önállóan végzik. Ezért több tanárnak is az a véleménye, hogy nem megbízhatóak az eredmények. Több iskola ugyanakkor (például *Sasvári Andrásné* Nyíregyháza, 1980.) arról számol be, hogy a *mellkas kerületet ki- és belégzéskor* az iskola védőnője mérte. *Nagy Tamásnénak* (Budapest, 1980.) pedig az a véleménye, hogy felesleges mérnünk a mellkas-kerületet, mert az nem mutatja a vitálkapacitást. Több tanár is úgy vélekedett, hogy lányoknál a *bicepsz* mérésének nincs semmi jelentősége, ezért később, a többség javaslatára, lányoknál a *csipő kerületének* mérését vezettük be.

4. Vélemények a képességfejlesztő gyakorlatok követelményszintjét megállapító gyakorlatokról

A kipróbálás kezdetén a legtöbb vita a *lazaság* mérése körül alakult ki. Többen nem tartották szükségesnek a mérését, sokan viszont nagyon fontosnak ítélték. Végül is maradt a lazaság mérése, csupán azt kellett eldönteni, hogyan végeztessük a gyakorlatot. Ugyanis első időben ülésben kértük a gyakorlat végrehajtását, majd végül – több tanár véleményét meghallgatva – a törzshajlítás előre állásban gyakorlatot írtuk elő a csípőlazaság megállapítására.

A kipróbálás első évében egy-két kolléga jelezte, hogy a *12 perces járás-futás-próba* mérése problémát jelent. A későbbiekben a jó módszerek átadásával szinte minden tanár véleménye az volt, hogy a Cooper-teszt az egyik legjobb próbának bizonyult.

Több tanárnak az a tapasztalata, hogy a *labdapasszolás* és a *négyütemű szabadgyakorlat* nem megfelelő, mert a tanulók gyerekesnek érzik ezt a feladatot. Véleményük szerint a labdapasszolással nem állapítható meg a labdás ügyesség, a labdaelkapás, a labdafogás biztonsága. Kérik a kartársak, ha marad a labdapasszolás-gyakorlat, akkor határozzuk meg a dobásformát is, mert így egészségesebb képet kaphatunk.

Megállapították a kipróbáló tanárok, hogy a *hosszú távú futás* szintezése véleményük szerint a II. osztályban nagyon alacsony.

5. Vélemények az atlétika tudásszintjét megállapító feladatokról

Az 1978/79-es tanévben atlétikából még *négyszeri mérést* írtunk elő, kétszer ősszel és kétszer tavasszal, a tanítás kezdetén, illetve befejezésekor. Ezt a tanárok nagy része nem helyeselte. Kérték, hogy atlétikában is az *évi kétszeri mérés legyen kötelező.* A véleménnyel egyetértettünk, a következő évtől módosítottuk a feladatot.

A *súlylökéssel* kapcsolatban többen kérték, hogy állapodjunk meg a végrehajtás módjában: vagy helyből, vagy becsúszással kell a gyakorlatot bemutatni.

A legtöbb iskolában komoly nehézséget jelent a *gránáthajítás* távolba végrehajtása, mert nincs megfelelő iskolaudvar. A tanárok véleménye szerint törölni kellene a feladatok közül.

6. Vélemények a torna tudásszintjét megállapító feladatokról

A kísérleti öt év alatt talán a legtöbb problémát, gondot a tornaanyag elsajátíttatásával kapcsolatban írtak le, mondtak el a tanárok. Ez bizonyára azzal magyarázható, hogy igen változóak és eléggé kedvezőtlenek a torna tanításának feltételei az iskolájukban. A tanulók előképzettsége is igen különböző, a gyerekek a tanárok tapasztalata szerint kisebb-nagyobb

hiányosságokkal érkeznek a középiskolába. Mindezt csak tetézi az a tény, hogy nagyon nehéz olyan mérési módot kidolgozni, amely lehetőleg objektíven állapítja meg a tanulók tornatudásszintjét.

A konkrét vélemények közül a legfontosabbak: a tanárok többsége úgy véli, hogy osztályszinten nem lehet követelményként meghatározni a *hidat fiúknak*, a *bicskaátugrást* szekrényen, a *húzódás-tolódás támaszba* gyakorlatot gyűrűn, a *gurulóátfordulást előre* gerendán. Fontosnak tartják, hogy *egységes mérési körülmények* miatt írjuk elő pontosan, hogy a szekrényugrásokat 4 vagy 5 részen kell végrehajtani. *A ritmikus sportgimnasztikáról* az a vélemény alakult ki, hogy külön-külön nagyon nehezen mérhetők gyakorlatai. A tanároknak az a véleménye, hogy a talajgyakorlatba beépítve kérjük számon, mérjük a tudásszintet.

A tornagyakorlatok felmérésével kapcsolatban a leglényegesebb problémákat *Maracsics Imre* szakfelügyelő kolléga fogalmazta meg (Zalaegerszeg, 1982.). Érdemes idézni jelentéséből: „...a torna anyagából elég lenne egyszer felmérni, az időszak végén. A balesetek elkerülése miatt ugyanis nem mérhetek fel egy szertorna-gyakorlatot addig, amíg nem tanítottam meg, utána viszont már nincs értelme a felmérésnek, mert a fejlődés kevésbé mutatkozik. Ezért tornából ne a fejlődést mérjük, hanem a tudásszintet állapítsuk meg az oktatási folyamat végén". Ezeket a tényeket még kiegészíthetjük azzal a megállapodással is – több tanár ír jelentésében róla –, hogy a tornatanítás kezdetén nincs összefüggő gyakorlata egyik szeren sem a tanulóknak, tehát csak elemek mérhetők, így nem azonosak a két mérés körülményei, ugyanis a 2. mérésnél összefüggő gyakorlaton belül mérjük az egyes elemek végrehajtását. Ez is indokolttá teszi, hogy tornában csak a tudásszintet és ne fejlődést mérjünk, legalábbis egy tanéven belül.

7. Vélemények a sportjátéktudás szintjét megállapító feladatokról

A kísérlet kezdetén szinte minden tanár egyetértett abban, hogy az előírt statikus feladatok nem elegendőek, és nem mérhető általuk a sportjátéktudás szintje. Valamennyien kérték, hogy mozgásos, társsal együtt végezhető játékhelyzeteket dolgozzunk ki. Ez a következő években meg is történt, részben a kipróbáló tanárok javaslatai alapján. (Például a kosárlabda-tudásszint mérésére kidolgozott feladatsor. A testnevelés tanítása 1983. 3.)

b) Javasolt feladatok, gyakorlatok, mérési módok

1. Általános javaslatok

A kísérleti időszak elején megfogalmazták a kipróbáló tanárok, hogy a *feladatlapokat, TOTÓ*-t egy évben ne kétszer, hanem egyszer, a tavaszi időszakban töltessük ki, mert ilyen módon a tanulók az évközben megszerzett ismeretek alapján fogalmazhatják meg válaszaikat. Kérték azt is, hogy a tantervvel szorosabb összefüggésben legyenek a feladatlapok, a Totó kérdései. Nagyon jó javaslat ugyanakkor az, hogy ne csak a tanult sportágakhoz kapcsolódó kérdésekre kelljen válaszolniuk a tanulóknak, mert akkor csak előzetes kutatómunkával, hozzáolvasással oldhatják meg a feladatokat. Az ilyen típusú munkával növelhetnénk a tanulók sportműveltségét.

A különböző *mérésekkel* kapcsolatban *Walter György* (Bp., 1980.) javasolja, hogy pontosabban állapodjunk meg a mérések végrehajtási formájában, módszerében, a felhasznált eszközökben, az egységes értékelés érdekében. Ehhez csatlakozik *Holes István* (Zalaegerszeg, 1981.) problémafelvetése: meg kellene állapodni a sportjátékok tudásszint-mérésében, melyik sportjátékot mérjük szabadban, illetve melyiket mérjük teremben; a feladatot végző tanulók megválaszthatják-e társukat a végrehajtásnál.

Érdemes idézni *Hortobágyi Ferenc* (Kőszeg, 1981.) véleményét, javaslatát a felmérések időzítéséről: „...a tömöttlabdadobást, a fekvőtámaszt, a négyütemű gyakorlatot, a kötélmászást az alapozó időszak végén, a labdapasszolást a kosárlabda anyag befejezésekor kellene felmérni, mert ez időmegtakarítás lenne, egyben aktivizálná is a tanulókat".

A kipróbáló tanárok többségének az a véleménye, hogy sok a *tanévenkénti kétszeri* tudásszintmérés. Csak év végére javasolnak felméréseket. Több okot is említenek: ősszel nagyon sok óra elmarad a társadalmi munkák miatt, ez igen megnehezíti a felmérések elvégzését; az őszi és a tavaszi időjárás különbözősége miatt a két felmérés körülményei is különbözőek lesznek, tehát a változás ilyen összehasonlítás alapján nem mindig reális: problémát jelent az *ötnapos mun-*

kahét bevezetése is. A legdöntőbb indoknak talán az látszik, hogy az óraszám csökkenésével olyan sok időt elvesznek a kétszeri felmérések, hogy tanításra, gyakorlásra, szabad sportolásra alig marad idő. (Erre a kérdésre jelen beszámolónk második részében még részletesen visszatérünk).

Marancsics Imre szakfelügyelő kolléga (Zalaegerszeg, 1981.) gondolataival zárjuk ezt a problémakört. Ő konkrétan, reálisan fogalmazza meg a megoldásra a javaslatát: „...*a felmérések csökkentésére* két javaslatom lenne: a) a testnevelési órára 18 felmérést javasolok: meghagynám a 10 általános képességfejlesztés, 3 atlétika, (magas, távol, súly); 4 torna (talaj, gyűrű, korlát, szekrény); egy sportjáték felmérését. b) Csak első osztályban javasolok évi kétszeri mérést, a tanév elején és végén, a többi évfolyamon csak tanév végén mérném fel az előző tanévhez viszonyított fejlődést, illetve tornában a téli időszak végén a tudásszintet. Minden egyéb felmérést a tanuló egyénileg felmérhetne és a teljesítményfüzetben vezethetne. (Pl. testsúly, -magasság, pulzus, tüdőkapacitás, feladatlap, totó stb.) Úgy gondolom, ez így megvalósítható lenne, minden tanártól megkövetelhetnénk, és a tanulóknak nem válna unalmassá".

2. Javasolt kérdések a feladatokhoz, Totóhoz

Sok kolléga írt, javasolt kérdéseket, ezért nem mindig jelöljük a kérdések után a javasoló nevét. Célunk most inkább az összesítés, a gondolatátmentés. (A kérdéseket és a feleleteket a kipróbáló tanárok megfogalmazásában adjuk.)

Bajusz Katalin javaslatai: (Szolnok, 1980.):

– Melyik izomcsoport megerősítése a legfontosabb az atlétikai ugrásokhoz (törzsizomzat, lábizomzat...)? Írd le őket fontossági sorrendben!

– Mi a legfontosabb közös mozzanata az atlétikai dobásoknak (minél hosszabb uton történő erőközlés; a mozgás sajátosságainak megfelelő ismerete...)?

– Sorold fel az ugrások mozzanatait! Ugyanez a kérdés rajzos formában: lerajzolunk a négy mozzanatból kettőt, pl. az elsőt és harmadikat, és mellé iratjuk vagy rajzoltatjuk a többit.

– A gránáthajítás ívhelyzetéhez milyen izmok erőfeszítése szükséges, azaz milyen izmok húzódását kell érezned?

– Mikor célszerű vegyes védekezést alkalmazni kézilabda- vagy kosárlabdajátékban?

– Írd le a felugrásos kapuralövés legfontosabb mozzanatait! Ugyanezt rajzos formában, sorrendbe rakással!

– U.a. mint az előző, csak fektetett dobásra vonatkoztatva.

– Milyen sportágakban mérik össze tudásukat a versenyzők öttusában?

Totó-jellegű kérdések

– Melyik az a labdajáték, ahol 5 hiba után végleg kiállítják a játékost? (Kosárlabda, kézilabda, röplabda)

– Hány cm a háló magassága a női röplabda-mérkőzéseken? (243 cm, *224 cm,* 212 cm)

– A dobás helyétől legalább hány méterre kell állnia a sorfalnak kézilabda-mérkőzéseken? *(3 m,* 5 m, 6 m)

– Rendezzetek atlétikai háziversenyt dobószámokból! Legkevesebb hány térmérőre van szükségetek a verseny alatt? (1, *3,* 5)

– Mikor van forgás a röplabdában? (minden 3. labdamenet után, *nyitás átvételénél,* minden 6. menet után)

– Az iskolai labdajáték házibajnokságokat milyen formában célszerű rendezni? (kiemeléses, *körmérkőzéses,* csoportmérkőzések)

– Hány magyar sportoló vett részt Athénben az első újkori olimpián? (17, 22, *7*)

– Melyik ország a kézilabdázás őshazája? (Anglia, Hollandia, *Dánia).*

Nagy Tamásné javaslatai (Budapest, 1980.):

– Melyik sportágban van 3 mp-es szabály?

– Hányszor lehet érinteni egy térfélen a röplabdát?

– Hány mp alatt mászik fel egy közepesen mászni tudó tanuló a kötél tetejére?

– Hány m-t dob egy középiskolás gerelyhajító?

– Milyen távu futásnál használják a térdelő- és melyiknél az állórajtot?

– Melyik sportágban játszhatják meg a labdát a játéktéren kívül is?

– Hány tizedet vonnak le a női tornásztól, ha leesik a gerendáról?

– Nyerhet-e röplabdajátszmát 16:15-re egy csapat?

– Melyik sportágban cserélnek térfelet 10 pont után?

– Melyik sportágban 4 m-es a büntető?

– Melyik sportágban van 30 mp-es szabály?

Csányi Rajmundné javaslatai: (Budapest, 1980.)

– Milyen versenyszámokat foglal magába atlétikában a rövid-, a közép- és a hosszútávfutás?

– Milyen versenyszámokból áll atlétikában az ötpróba?

– Ritmikus sportgimnasztikában hány kéziszer szerepel a versenyeken, és melyek ezek?
– Hány játékos van összesen a pályán jégkorongmérkőzéseken?
Dévai Edit javaslatai: (Pécs, 1980.)
– Vívásban hány egyéni fegyvernemben versenyeznek a férfiak és a nők?
– Asztaliteniszben hány pontig tart egy játszma?
– Vizilabdában mennyi egy negyed tiszta játékidő?
– *Többen javasolták:* (Totó-jellegű kérdések):
– Mennyi az ember alappulzusszáma? (36/perc, 72/perc, 98/perc)
– Az öttusában hány technikai szám van? (2, 5, 4)
– Öttusa párbajtőrben hány találatig vívnak? (1, 5, 10)
– A röplabdapálya középvonalára rá szabad-e lépni? (a támadó játékosnak, mindkét csapat játékosainak, egyik csapat játékosainak sem)
– Mennyi a férfi versenysúlygolyó súlya? (5 kg, 6 kg, 7,25 kg)
– Mennyi a felnőtt női súlygolyó súlya? (3 kg, 4 kg, 5 kg)
– Melyik labdajátékban dobnak 7 m-ről büntetőt? (kosárlabda, vizilabda, kézilabda)
– Mekkora a versenytalajszőnyeg mérete? (14x14, 12x12, 10x10)
– A Szovjetunió mikor indult először olimpián? (1948, 1952, 1956)
– Magyar férfi tornász mikor nyert először olimpiai bajnokságot? (1920, 1936, 1952)
– Ki volt az első olimpiai aranyérmesünk?
– Ökölvívásban ki volt az első olimpiai bajnokunk?
– Milyen széles a távolugró elugrógerenda? (15 cm, 20 cm, 25 cm)
– Mennyi egy kézilabdacsapat teljes létszáma a cserékkel együtt? (10, 11, 12)
– Melyik síléc a legkeskenyebb? (futó, lesikló, műlesikló)
– Melyik atlétikai dobásnál a leghosszabb a világcsúcs? (diszkosz, gerely, kalapács)

Javaslatok a pulzusmérésre

Az 1979/80-as tanévben több tanár javasolt módosítást a pulzus mérésére. A leglényegesebb javaslat, hogy mérjük a nyugalmi pulzust is, illetve pontosabban egyezzünk meg a terhelés módjában, mennyiségében. Ezeknek a kéréseknek a következő tanévtől eleget is tettünk.

Kiss Ernő (Debrecen, 1980.) részletes javaslatot ír a pulzusmérésre: „Javasolnám..., hogy a tanulók a testnevelési óra előtt és az óra fő részének végén mérjenek pulzusszámot, hogy tudják a maximális megterhelés után, mit észlelnek, mekkora a különbség. Természetesen atlétikai jellegű órára gondolok. Ugyanis efféle mérésekkel talán a még lappangó betegségek is kimutathatóvá válnának. Sőt javasolom, hogy a testnevelési órát követő óra első percében, tehát mintegy 20 perccel a maximális terhelés után, mérjenek pulzust, mennyi idő alatt regenerálódik a szervezetük."

Javaslatok a képességfejlesztő gyakorlatokhoz

A próbák közül *Walter György* (Bp. 1980.) nem tartja megfelelőnek a *négyütemű gyakorlatot.* Javasolja, hogy a négyütemű gyakorlat 2. ütemében karhajlítást végezzenek a tanulók (a hátraugrás közben).

Többen javasolják, hogy a *kötélmászást* időre végeztessük, mert véleményük szerint a fejlődést jobban mérhetnénk ilyen módon.

A *lazaság* mérésére adott javaslatok közül kettőt említünk: *Dévai Edit* (Pécs, 1980.) úgy gondolja, hogy az ülésben végzett előrehajlításban kellene mérni a váll és a comb közötti távolságot. *Csányi Rajmundné* (Bp., 1980.) szerint hídban a kéz és a láb távolságát kellene mérni.

A futóállóképesség mérésére *Vincze Csaba* (Bp., 1980.) a 2400 m-es futóteszteket javasolja. *Tárnok Dezső* (Bp., 1980.) pedig a 12 perces járás-futás próba szintezését kéri. Ezenkívül javaslatot tesz a futóállóképesség fejlesztésére; javasolja az ismétléses futóteszt bevezetését – 5x200 m futás 3 perces pihenőkkel. (Mindhárom javaslatot a gimnáziumi RKR anyagába is beépítettük. A testnevelés tanítása 1981. 4. 5.)

Tenkei Antal (Gyula, 1981.) módosító javaslatát a motoros próbákra érdemes idézni, hasznos lenne elgondolkodni rajta az esetleges tantervi módosítások esetén is: „Úgy kell összeállítani a próbákat, hogy az azonos méréseket elkerüljük. Ezért a javaslatom: maradna

1. 60 m futás, gyorsaság mérésére;
2. Súlypontemelkedés, dinamikus láberő mérésére;
3. Tömöttlabdadobás, törzs- és karerő mérésére;
4. Futás-járás próba 12 perc, állóképesség mérésére;

5. Négyütemű gyakorlat, izomállóképesség mérésére;

6. Kötélmászás, karerő mérésére;

Esetleg megmaradhat a lazaság mérése, mint hetedik próba. Az alapvető képességek mérésére ezek elégnek bizonyulnának."

Javaslatok a tornatudás mérésére

Sok kolléga kérte, hogy legyenek *hasizomerősítő* gyakorlatok a felmérések között. Javasolják a lábemelést bordásfalon, hátsó függésben. Ugyanígy a *hátizomerősítő* gyakorlatok mérését is többen kérték. Javaslatok: hasonfekvésben törzsemelés hátra – hányszor tudja végrehajtani vagy hány mp-ig tudja ebben a helyzetben tartani magát: 3 kg-os tömöttlabdával zsámolyra támasztott combbal a homorítások, törzsemelések számát javasolják mérni többen is.

Ritmikus sportgimnasztikai gyakorlatot állított össze *Bodor Barnáné* (Veszprém, 1982.): „360°-os fordulat tetszés szerint, helyette meghatározott fordulat, pl. keringőlépés 360°-os fordulattal. Kiindulóhelyzet: alapállás, karemeléssel oldalt. Bal vagy jobb láb lendítés előre, ugyanezzel a lábbal láblendítéssel hátra 360°-os fordulat mindkét lábon, a lendített láb irányába, karemelés magastartáson át, vissza oldalsó középtartásba. Továbbá javasolja még, hogy a talajgyakorlatba építsük be a ritmikus sportgimnasztika feladatait, mert a tanulók ezt jobban értékelnék, szívesebben gyakorolnák. (Ezt egyébként mások is javasolták.)

A gerenda anyagával kapcsolatban is vannak észrevételei, javaslatai. „A szakközépiskola III. osztályában nehéznek tartom a gurulóátfordulást előre, helyette elég lenne a tarkóállás, ebből hajlított ülésen át felállás. (Kevés a gyakorlási idő.) A IV. osztályban maradhatna a gurulóátfordulás előre. Nehéznek tartom a szakközépiskola negyedik osztályában a felugrást terpesztalptámaszba, helyette maradjon a felguggolás oldal guggolótámaszba. Negyedik osztályban a felugrás és lábtartáscsere helyett vennék egy leugrást a gerendáról. Például oldalállás a gerendán, csukaleugrás (terpeszbicska kézzel érintve a lábfejet)."

Javaslatok a sportjátéktudás mérésére

A *kézilabdatudás* mérésére tesz javaslatokat *Ömböly Attila* (Bp., 1980., 1982.)

1. „Önindítással futásból kapuralövés, lőtáblaszerüen beosztott kapura. Tíz dobásból hány pontot ér el a tanuló? "

4	2	4
3	1	3
4	2	4

2. Összetett feladat

I. osztály: (1. ábra)

A játékos a hatos vonaltól indul. Futás közben egykezes felső dobással átadja a labdát az 1. számú feladónak, amit futás közben visszakap. Ugyanezt megismétli a 2., majd a 3. számú feladóval. A 3. számú feladótól visszakapott labdával futásból kapura lő.

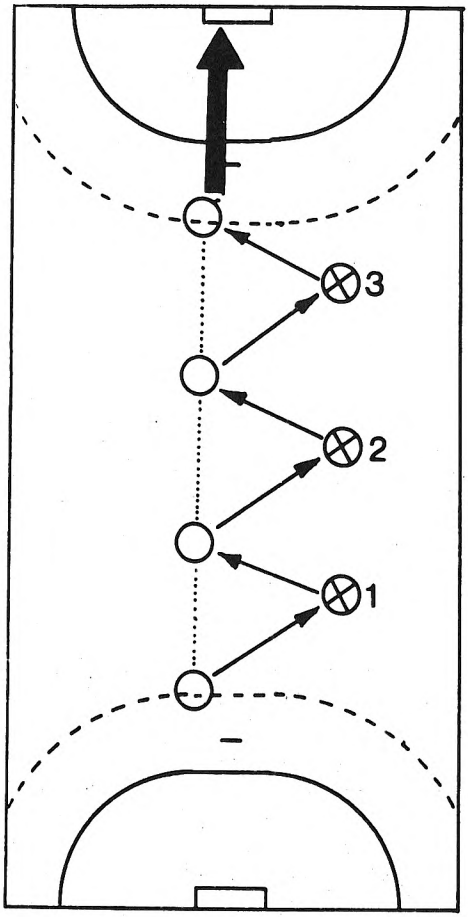
II. osztály: (2. ábra)

A játékos a hatos vonalról indul. Futás közben átveszi az 1. számú feladótól a labdát. Egykezes felső átadási csel után, kétkezes mellső dobással átadja a 2. számú feladónak. A játékos az 1. számú feladót megkerülve visszakapja a labdát a 2. számú feladótól. Labdavezetéssel kapura tör, és futásból kapura lő a kapu két alsó sarkában elhelyezett zsámolyok egyikére."

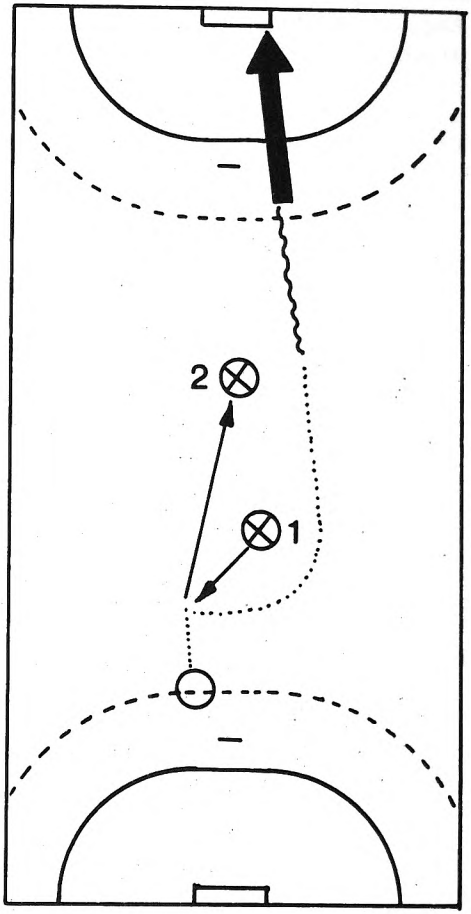
Marancsics Imre (Zalaegerszeg, 1982.) javaslata *kosárlabda* összetett feladathoz: „.. az alábbi jól bevált gyakorlatokkal osztályoztam a kosárlabdatudást, ezért merem javasolni a követelményrendszerhez:

I. osztály: A tanuló a felezővonalon helyezkedik el labdával a kézben, és szabályos megindulás után labdavezetéssel halad a palánk irányába (2 pont), a trapéz előtt megállást és sarkazást hajt végre (2 pont), majd kétkezes mellső átadás után a társtól még helyben visszakapja a labdát (2 pont), és egyszeri leütés után egykezes fektetett dobást végez (2 pont), a találatért plusz 2 pont jár. Megjegyzem, hogy az utóbbi technikai elem a szakközépiskolai tantervi anyagban konkrétan nem szerepel, pedig mindenképpen célszerű lenne betenni, hisz gimnáziumban már a labdavezetéssel fektetett dobás is megtalálható.

II. osztály: Indulás az alapvonaltól labdavezetéssel négy akadály között (2 pont), a felezővonal után átadás (2 pont) az adogatótól visszakapott, futás közben átvett labdával (2 pont) fektetett dobás (2 pont), a találatért plusz 2 pont.



1. ábra



2. ábra

Jelölések:

a labda útja
a játékos útja
labdavezetés
kapura lövés
játékos
adogató

A III–IV. osztályok részére nagyon célszerűnek tartom, ezért a véglegesítésre is javasolom a kísérleti RKR-ben az idén kipróbált technikai gyakorlatokat. (A testnevelés tanítása 1982. 2. számban leírt feladatsor. Szerk.) Így a fenti gyakorlatokkal az egymásra épülés megoldott lenne, és a tantervi törzsanyag lényegének tudásszintjét is valóban meg lehetne állapítani. Viszont az idő mérését és az indexszám számítását nem tartom szükségesnek, ezért elhagyását javasolom... a gyenge színvonalú elkapkodott gyors végrehajtás utáni jó időeredmény valótlan képet nyújthat a tudásszintről. A fenti gyakorlatokkal egyidőben az ellenőrzés és osztályozás is megoldható."

Szabó István szakfelügyelő (Győr, 1981.) a *röplabda* tudásszint mérésére tett javaslatai:

„II. osztály:

– Kosárérintés falhoz ütéssel, 10–10 érintés, egy pont.

– Nyitás nagypályán a pálya területére alsó és felső nyitással, 10 nyitásból egy-egy ponttal kell értékelni a helyes végrehajtást.

– Mini röplabda 3–3 ellen. Tanulónként a játékszint értékelése játék közben, a labdamenetek száma szerint.

– Röplabda játékszabályokból összeállított 5 kérdéses teszt értékelése. Kérdésenként egy-egy pont.

III. osztály:

– Alkarérintés falhoz ütéssel, 10–10 érintés egy pont;

– Nyitás és védés párokban, 6 m távolságról háló nélkül. 10-ből egy-egy ponttal értékeljük a helyes végrehajtást. (Nyitás és alkaros védés.)

– Fej fölötti játék kosárérintéssel. (Egy méterre a fej fölé. (A folyamatos, hibátlan érintéseket értékeljük, öt érintés egy pont.

Sydó Tibor (Pápa, 1983.) véleménye és javaslata: „A röplabda anyagának elvégzése – itt pontos a követelmény – viszont irreális. Osztálykeretekben a létszám, a gyakorlóhely, az idő, a felszereltség miatt – s ez általános – szerintem lehetetlen. A felső egyenes nyitást 5 kísérlet esetén így határoznám meg:

III. osztály: Eredményes kísérletnek számít, ha a labda az ellenfél térfelén a háló, a mennyezet stb. érintése nélkül ér talajt.

5 szabályos kísérlet = 5-ös
4 szabályos kísérlet = 4-es
3 szabályos kísérlet = 3-as stb.

IV. osztály: ugyanez, két részre osztott ellenfél térféllel."

II. A követelményszintek mérésére fordított idő

A kipróbáló tanárok többsége általában soknak tartotta a mérésekre fordított időt. Véleményük szerint a tanítási, a gyakorlási, a játékidő rovására lehetett csak pontosan elvégezni a feladatokat. Ez az oka annak, hogy a legtöbb tanár azt javasolta, hogy évenként csak egyszer, a tanév végén legyen mérés, és a tanév végi teljesítményeket hasonlítsuk össze, ha a fejlődést szeretnénk megállapítani. (Erre jelenlegi beszámolónk első részében kitértünk már.)

Különösen a nagylétszámú osztályoknál okozott gondot a mérések elvégzése.

Sok időt vett még igénybe a hiányzó, a felmentett tanulók utólagos mérése is.

Megállapították a tanárok, hogy a kísérleti évek alatt nagy rutinra tettek szert ők is és a tanulók is. Ez a felmérési idő csökkentését segítette.

A tapasztalat azt mutatta, hogy aki a mérésekkel párhuzamosan az osztályzást is megoldotta, az jobban tudott gazdálkodni az idővel, elég ideje maradt tanításra, játékokra.

Fábián Lajos soproni kolléga például azt a megoldást választotta, hogy bizonyos felmérési feladatokra egy-egy alkalmas tanulót előre felkészített, így több felmérést az ő irányításával végeztek el.

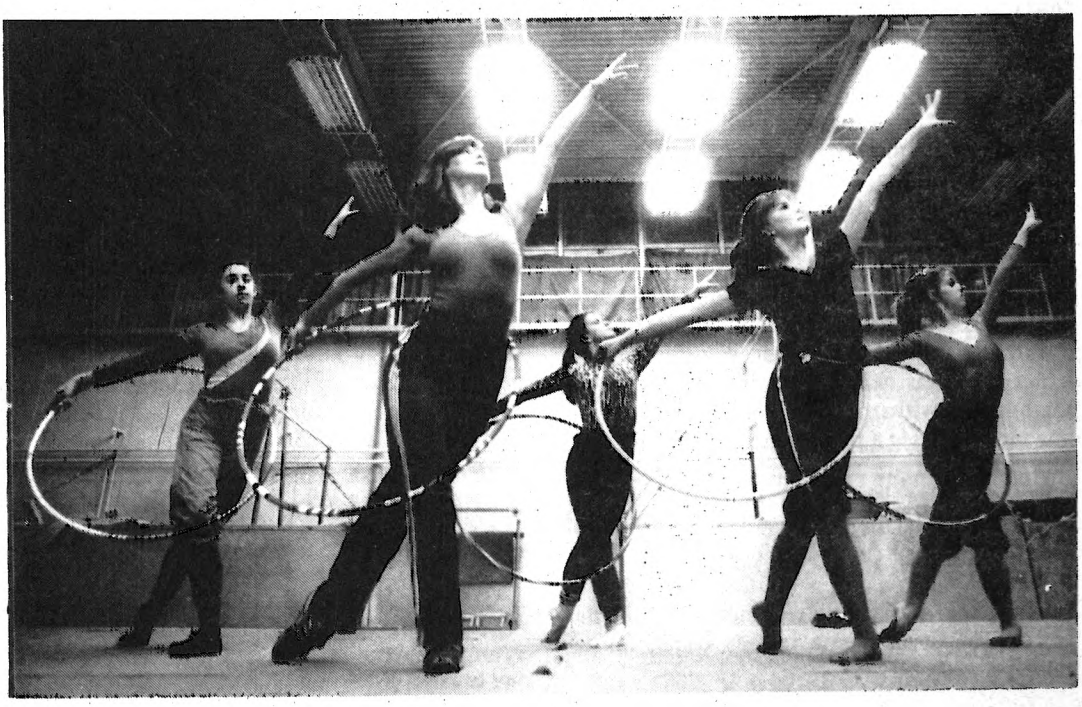
A kipróbáló tanárok közül többen megállapították azt a sajnálatos tényt, hogy a párhuzamos osztályokban a kevesebb mérés miatt nagyobb volt a tanulók fejlődési lehetősége, mint a kísérleti osztályokban, mert több időt tudtak fordítani a tanításra, gyakorlásra.

A fenti problémák, tapasztalatok jogosságát igyekszik bizonyítani *Tenkei Antal* szakfelügyelő kolléga (Gyula, 1981.) megjegyzése, figyelmeztetése: „A felmérések száma még most is sok, megközelíti a 80-at. A pedagógiai irodalom az évi maximumot 60-ban határozza meg."

A felmérésekre fordított konkrét időről sokszínű kép alakult ki a jelentések alapján. Ennek több oka is van az első és a második tanévben nem kérdeztük meg a tanároktól, hogy pontosan mennyi időt vett igénybe a mérés. Ennek ellenére azért egy-két összehasonlító adatot megfogalmaztak. A megállapodások ellenére nem számolták azonos módon az időt a kipróbáló tanárok, ezért óriási különbségek mutatkoznak. Ezenkívül sok függ a tanárok felfogásától, szemléletétől is, hogy mit értenek kizárólagosan a felmérésre fordított időn. Elgondolkodtató *Vincze Csaba* (Bp., 1983.) véleménye, amelyet érdemes idézni is: „A negyedik év végére az a véleményem alakult ki, hogy az RKR nem jelent különösebben többletadminisztrációt, hiszen ha valaki tanítani akar, és eredményesen, akkor a kiindulási alapot is fel kell mérje."

Tanév:	Felhasznált órák száma:	Általánosan felhasznált:	Összóraszámnak hányad része:
1978/79		48 óra	heti 3 óra: 50%-a
1979/80		48 óra	heti 3 óra: 50%-a
1980/81	5–40 óra között	22 óra	heti 3 óra: 25%-a heti 2 óra: 30%-a
1981/82	8–30 óra között	18 óra	heti 3 óra: 20%-a heti 2 óra: 25%-a
1982/83	9–27 óra között	20 óra	heti 3 óra: 20%-a heti 2 óra: 30%-a
Kontroll osztályban:			
1982/83	6–20 óra között	12 óra	heti 3 óra: 14%-a heti 2 óra: 20%-a

A felmérésre fordított idő összesítése tanévenként



A testnevelés tantárgyban bevezetett nevelési és oktatási tervek beválásáról, a gyakorlati munka tapasztalatairól III.

(Az elképzelés megalapozása)

DUBECZ JÓZSEF–NAGY SÁNDOR

1. Az új tantervek jellemzése

1963-tól folyamatos, új szellemű koncepcióváltásban fejlődtek, finomultak a tantervek. Az új tanterv előzetes koncepcionális elképzeléseivel a véleményt nyilvánítók kevés kivételtől eltekintve egyetértettek, elfogadták, a megvalósítást támogatták – így lényegi változásra nem volt szükség.

Ezért csak röviden, összefoglaló szándékkal mutatjuk be, hogyan valósultak meg azok az elképzelések, amelyek a tantervkészítés időszakában fogalmazódtak meg. Elsősorban a korábbi tantervektől történt eltéréseket emeljük ki.

Az új testnevelési tantervek *szervesen illeszkednek* az iskolarendszer céljához, feladataihoz. (Alapelvek és a tanórán kívüli nevelés terve.) *Kerettanterv* jellegűek, tehát egy-egy részük, koncepcióváltás nélkül is módosítható, megváltoztatható, javítható. Új ismeretek feldolgozásához nincs szükség a teljes tanterv megváltoztatására.

Szerves része lett az új tantervnek *a heti harmadik óra* tananyaga is. A korábbinál magasabb szinten ad lehetőséget az iskolának, a testnevelő tanárnak és a tanulónak is, hogy az iskolai tárgyi feltételek és személyes érdeklődés szerint valósítsák meg a tanterv célját, feladatait.

Új tantervek a következő iskolatípusokra és osztályokra készültek:*

Általános iskola 1–4, és 5–8. osztály,
általános tantervű osztályok,
testnevelési osztályok,
gyógytestnevelés.

Szakmunkásképző iskolák I–III. osztály, A, B és C változat. Gép- és gyorsíró iskolák I–II. osztály.

Szakközépiskolák I–IV. osztály a következő heti óraterv típusokra:

3 –3 –3 –3;
3 –3 –3 –2;
3 –3 –3 –3.

Művészeti szakközépiskolák I–IV. osztálya.
Gimnáziumok I–IV. osztály,
általános tantervű osztályok,
testnevelési osztályok,
gyógytestnevelés.

Testnevelési és sportszervezési ismeretek gimnáziumi III–IV. osztály.

Az új tantervek nagyfokú hasonlósága az előző tantervekhez nemcsak az azonos koncepcióban, hanem a hasonló szerkezetben is megmutatkozik. Ezért bemutatásuk is a tantervek építkezését követve látszik célszerűnek.

A testnevelés célrendszere

„Valamennyi tantárgy számára iránymutató és rendező elvként fogalmazódott meg, hogy a pedagógiai tevékenység nevelési céljai, feladatai kerüljenek előtérbe az eddig egyoldalúan túlhangsúlyozott didaktikai szempontokkal szemben." (dr. Nagy T. 1976.) „Az új tanterv nem a tanítási formákból, oktatási eljárásokból indul ki, hanem a tanulóban végbemenő, lezajló elsajátítási folyamatból. Nem azt tekinti kiindulási szempontnak, hogy miként lehet megtanítani egy-egy konkrét mozgásformát, hanem azt, hogy milyen tevékenységek révén alakulnak ki a különböző mozgásformák." Tehát az új tantervek jellemző vonása a *nevelésközpontúság.* A nevelésközpontúság a tantervekben éppen a cél-, feladat- és követelményrendszer kidolgozásával valósul meg.

* A teljesség kedvéért soroltuk fel a megjelent terveket, jóllehet elemzésünk középpontjában az általános és a középiskola van.

A *testnevelés célja „az iskola* egész nevelő–oktató munkájával *együtthatásban"* valósulhat meg. A célmeghatározás két részre osztható:

a) A szocialista társadalom szempontjából fontos célok: „a felnövekvő ifjúság képes legyen alkotó, hasznos *munka* végzésére, legyen kész és képes a haza védelmére."

b) A társadalmilag lényeges célokat az egyének valósítják meg; mint egyének „legyenek edzettek és egészségesek."

Az alapfeladatoknál a kiindulópont a tantárgyi műveltségtartalom. Ez konkrétan a tanulók mozgás-, játék- és sportműveltségének formálásában és fejlesztésében nyilvánul meg.

a) Az új tanterv nem tananyagcentrikus. Ez nagy részben éppen a mozgás-, játék- és sportműveltség kialakításának, formálásának és fejlesztésének mint alapfeladatnak megjelölésében nyilvánul meg. A tananyag a sportműveltség kialakításának eszköze. A célhoz és feladathoz legjobban illeszkedő anyag kiválasztása a tanár feladata.

b) A második (egészséges testi fejlődés, az erő, edzettség, teherbíró képesség fejlesztése) és

c) a harmadik (a szocialista embert jellemző tulajdonságok, jellemvonások kialakítása) alapfeladatot a korábbi tantervek is hangsúlyozzák.

A követelmények

Nem a követelmények egyszerű továbbfejlesztése, pontosabb meghatározása elsősorban az új, hanem kapcsolata a tanterv egészével. A cél a tartalmat, a feladatok, a megoldás eszközeit és módjait, a követelmények az elért eredményt adják. A célok és feladatok megvalósításának ellenőrzését a követelményrendszer biztosítja.

A követelményrendszer alapja a három nevelési terület (értelmi, érzelmi-akarati és pszichomotoros) egymással összefüggő követelménye és a *motoros próbák.* Bár ezek szorosan kapcsolódnak egymáshoz, mégis bizonyos szempontból elkülönítve fogalmazhatók meg:

a) cselekvési elvek, törvényszerűségek ismerete, kiegészítve a tanultakkal, összefüggő „elméleti" ismeretekkel;

b) a különböző *mozgásformák* (elsősorban sportági technikák, taktikai formák) minél magasabb szintű elsajátítása;

c) a neveltségi szintek, amelyek bizonyos fokig általánosan, de a tanítás anyagához kötődve mindig konkrétan elérhetők;

d) teljesítménymérés (motoros próbák).

A teljesítménypróbák révén lehetővé válik, hogy egy-egy tanuló, osztály vagy évfolyam teljesítményét az adott időszakban objektív módon, a teljesítményértékeket %-ban kifejezett teljesítményszintek segítségével megállapíthassuk, és az országos átlagokkal (szintekkel) összehasonlíthassuk.

Az *értékelés* kulcskérdése: *A tanulók önmagukhoz viszonyított fejlődése!*

A tanítás anyaga

Az új tanterv két részre osztja a tanítási anyagot:

Törzsanyag: 70%

Kiegészítő anyag: 30%

Törzsanyag

Tanítása kötelező, erre az anyagra kell és lehet osztályozni. Jelentős változás, hogy *a torna, atlétika, sportjátékok* mellett az általános *képességfejlesztő gyakorlatok* (a törzsanyag 30%-a) és általános iskolában az *úszás* (2. és 5. osztályban kiemelt szerepet kaptak. Ezt a változást elsősorban az indokolja, hogy a cél- és feladatrendszer kiinduló alapját képező mozgásműveltség, feladatmegoldás kialakítására így nagyobb lehetőség nyílik. Ezek a gyakorlatok teszik lehetővé azt is, hogy a tanulók általános képességfejlesztése a lehető legjobban megvalósuljon.

A képességfejlesztő gyakorlatok anyagában található a korábbi tantervben „Honvédelmi testnevelés" cím alatt található anyag nagy része is.

A rendgyakorlatok külön, a tornától függetlenül kaptak helyet az új tantervben. Ennek oka részben az, hogy a rendgyakorlatok jelentősége a testnevelési órán minden sportágban nagy, de oka volt az is, hogy a „Honvédelmi testnevelés" alatt szereplő rendgyakorlatokat is itt kellett leírni.

A gimnasztika és a testtartásjavító és légzési gyakorlatok a képességfejlesztő gyakorlathoz kerültek. Ez a rész kiegészítésre került.

Az atlétika közvetlenül az *atlétikai előkészítő gyakorlatokra* épül. A *futó* és *ugró* számoknál a korábbi tantervekhez képest a változást az jelenti, hogy a *tanár és tanuló választási szabadsága nagyobb a választható technikát* tekintve, mint korábban.

A *dobógyakorlatok* kislabda-, gránáthajításból és súlylökésből állnak.

A *torna a sporttorna anyagát, szemléletét tükrözi.* A változások is elsősorban ezért váltak szükségessé.

A torna alapmozgásanyagát az új tanterv lehetőleg arányosan és módszertanilag kidolgozottan, egymásra épülve adja meg.

Külön kell szólni a lányok tornaanyagában a *ritmikus sportgimnasztikáról.* Az új tantervben a ritmikus sportgimnasztika anyagában szerepelnek azok az alapvető gyakorlatok, gyakorlatelem kapcsolatok, amelyek a ritmikus sportgimnasztikát alapfokon jellemzik.

A torna anyagának leírását nagymértékben figyelembe veszi az iskola lehetőségét, a tanár és a tanulók érdeklődését. A tanári szabadság és önállóság egyes anyagrészek és szerek tekintetében biztosítva van.

Sportjátékok

Jelentős a változás a sportjátékok anyagának tárgyalási módjában. Maga az anyag, a röplabdát kivéve, a korábbi tantervekhez képest nem változott jelentősebben. Az anyag elrendezése viszont az új tantervben megváltozott.

A változás lényege, hogy az *új tantervben a kiindulópont a sportjáték maga.* Ahhoz, hogy a sportjáték tanítása – tanulása sikerüljön, különböző feladatokat kell megoldani. A feladatok (feladathelyzetek) csoportosításánál az új tanterv *játékelemeket ír elő,* és ezek tanítása – tanulása, gyakorlása biztosítja a tényleges játék, a valóságos játékszituációban történő cselekvés kialakítását.

Ennek a koncepciónak megfelelően a játékelemek sorrendje is megváltozott. Nem az egyszerű játékelemek (a régi tantervekben technikai rész) kerülnek az anyag leírásának elejére, hanem a sportjáték egésze, rendszerint egyszerűsített formában (régi tantervben taktikai rész). A játékelemek leírásának megváltoztatása összefügg az első alapfeladattal (a mozgás-, játék- és sportműveltség kialakítása). Ebben a rendszerben előtérbe kerülnek a valóságos játékhelyzetekben történő gyakorlások és a *csak technikai elemek,* mint pl. kosárlabdában az alapállás, megindulás, megállás, sarkazás stb. vagy kézilabdában az egykezes átadás tanítása-tanulása csak odáig indokolt, amíg nélkülözhetetlen ahhoz, hogy a leegyszerűsített sportjátékot tanítani-tanulni lehessen. Az egyszerű játékelemek (technika) további gyakorlása azután már valóságos játékszituációban történhet.

A kiegészítő anyag

is nagymértékben figyelembe veszi az iskola tárgyi, létesítménybeli és környezeti feltételeit és lehetőségeit.

A kiegészítő anyag kötelezően és szabadon választható részre oszlik, fele-fele arányban.

A kötelezően választható anyag előírásai a törzsanyaghoz képest rendkívül általánosak, legtöbbször csak utalás történik rájuk. A tanári felelősség és szaktudás, a tanári szabadság kerül előtérbe, hiszen ezeket az órákat a tanárnak „saját tananyagából" kell megtervezni.

A szabadon választható anyag szerepe és jelentősége általában hasonló a kiegészítő anyagról elmondottakkal. Egy jelentős új mozzanat is előtérbe kerül azonban. Ez az anyagrész biztosítja legjobban a *tanterv nyitottságát.* A tanterv nyitottságát az élet, a valóság felé. Testnevelésben ez elsősorban azt jelenti, hogy az említett anyagrészeken túl az ún. *„szabadidő sportok"* is a tanterv szerves részeivé váltak.

A módszertani alapelvek azokra az általános szempontokra mutatnak rá, amelyek nélkülözhetetlenül fontosak ahhoz, hogy a cél-, feladat-, követelményrendszer előírásai, a korszerű pedagógia eredményei hatékonyan megvalósuljanak.

A tanterv előírja, hogy a *személyiség sokoldalú fejlesztése a testnevelés célja, feladata.* Ennek megvalósítása csak akkor lehetséges, ha nemcsak mozgássorokat tanítunk, hanem a feladathelyzeteket változtatjuk. A mechanikus gyakorlás nem vezet kellő eredményre.

Módszertani alapelv az is, amely a *nevelés kettős szerepére* vonatkozik. A tanulók pillanatnyi helyzete nem elég ahhoz, hogy a terhelés fokozása (pl. még egy kört fusson, még egyszer felemeljen valamit stb.) mindig jó szívvel és önként tegye. A tanárnak néha követelni kell. Ez azonban nem lehet kényszerítés (drill). A követelés olyan legyen, hogy a gyakorlatvégzés kedves maradjon.

Foglalkozik a tantervnek ez a része a *tanár módszertani szabadságának* értelmezésével is. A cél-, feladat-, követelmények meghatározottak, teljesítésük kötelező, a tanár szabadsága a megvalósuláshoz vezető út választásában áll.

A testnevelés célkitűzéseit a gyerekek a tanórán sajátítják el. A tanulás folyamata a szemünk előtt történik. A tanórán kívüli gyakorlásra több, az otthoni gyakorlásra kevesebb lehetősége van a tanulóknak, figyelembe kell vennie a tanítónak, hogy a tanítás-tanulás során

a hibázás, a kísérletezés természetes, és ezeken keresztül vezet csak el a tudáshoz.

A testi fejlődés biztosítása a testnevelés egyik lényeges célja és feladata. Tehát alapelv, hogy csak azok a jó órák, amelyeken a tanulókat megfelelően terheljük, a deformitások kialakulását megelőzzük.

2. A tantervek bevezetése

Az előzetes elképzeléseknek megfelelően a *tantervek bevezetése* 1977-ben kezdődött, és úgynevezett felmenő rendszerben történt. Tehát a bevezetést követően tanévenként egy-egy magasabb osztály következett.

Az új tanterveknek ezt az általános rendjét a testnevelési tantervek is követték (kivéve a gimnáziumokban, ahol a bevezetést a testnevelés egy tanévvel megelőzte).

Először a *szakmunkásképző iskolák I.* osztályaiban az 1977/78-as tanévben tanítottak az új tanterv szerint. A következő tanévekben folytatódott a bevezetés a II. majd a III. osztályban.

Az 1978/79-es tanévben kiemelt feladat volt az új tantervek bevezetése az *általános iskola* 1. és 4. osztályában, a középiskola (gimnázium és szakközépiskola) I. osztályában.

Ezzel az új nevelési és oktatási tervek bevezetése minden iskolafokon általános lett.

Az általános tantervű osztályokkal azonos „menetrend" szerint vezették be a testnevelési osztályok és a gyógytestnevelés új tantervét is.

A „Testnevelési és sportszervezési ismeretek" tantervét az 1982/83-as tanévben vezették be.

A művészeti szakközépiskolák új testnevelési tantervét az 1980/81-es tanévben az I. osztályban vezették be.

3. Személyi és tárgyi feltételek

Az új tantervek megalkotásában fontos szempont volt az is – így nem lehetett figyelmen kívül hagyni –, hogy hogyan alakult az országban tantárgyunk személyi és tárgyi feltételeinek rendszere. A helyzet rózsásnak nem volt mondható. Ízelítőül az 1975–76-os feltételrendszerről idézünk, az OPI testnevelési tanszék TF-re írott leveléből.

„A testnevelés tantárgy tanítása létesítményt és felszerelést igényel, továbbá jól felkészült pedagógusokat. Jelen pillanatban az a helyzet, hogy az ország mintegy 4 500 általános iskolájából csak kb. 18–20% rendelkezik tornateremmel, illetve szükségteremmel és az alapfelszerelési ellátottság is kb. 36–38%-os. A heti három tanóra bevezetésével az alsó tagozat gyakorlatilag kiszorult a tornateremből, és az osztálytanítók zöme nem rendelkezik olyan felkészültséggel, amely lehetővé tenné, hogy a tanulóknak pl. télen a szabadban vagy rossz idő esetén az osztályteremben, megfelelő terhelésű foglalkozásokat tartsanak." ...„az 1972. évi KNEB vizsgálat is, amely 7 megye 354 iskolájára terjedt ki (csak vidéki iskolák!) megállapította, hogy az intézmények 38%-ának nincs udvara."

A megfogalmazás mit is jelentett a gyakorlatban?

Volt 4 468 általános iskola egymástól jelentősen eltérő feltételek között, ami 41 320 tanulócsoport testnevelését kellett, hogy megoldja. 1 064 (23,8%) tornaterem állt ehhez rendelkezésre, és ez még akkor is nagyon kevés, ha figyelembe vesszük a rendelkezésre álló 844 kisméretű tornaszobát mint kisegítő lehetőséget. Az így meglevő 1 908 fedett helység csak az iskolák 42,7%-ának jelentett valamilyen formában és szinten megoldást.

A személyi feltételek determináló volta szintén jól érzékelhető az imént már idézett levél folytatásából.

„A testnevelést tanító pedagógusok felkészültsége széles skálán mozog. A képesítés nélkülitől a magas szintű tudással és gyakorlattal rendelkezőkig mind megtalálható közöttük. Általános iskolában a képesítés nélküli, ill. más képesítéssel, de testnevelői szakfelkészültséggel nem rendelkező pedagógus igen sok helyen tanítja tantárgyunkat."

Valójában a szakos ellátottság 1975 végére 68,7%-os volt átlagszinten. A testnevelésre is jellemző az elnőiesedés, jóllehet erre külön adatunk nincs. Összevonva más tárgyakkal, ez az arány 76,4%. Külön probléma, hogy a feltételek adta állapot nem tükrözi híven az egyes megyék, illetve területek ellátottsági szintjét, problémáit. Idézzük a Zala megyei *Tóth Vilmos szakfelügyelő* jelentését megyéjének állapotáról. „Megjegyzendő, hogy az alsós (de felső tagozatos) szakszerű oktatás hiánya továbbra is veszélyezteti az új tantervi anyag megfelelő szintű elsajátítását, végzését (terhelési szint). A választható kiegészítő anyag elvégzése (de a törzsanyag is) feltételezi az iskolák létesítmény- és felszereltségbeli jó ellátottságát. Ezen ellátottság megyénkben igen gyenge, megfelelő intézkedések szükségesek ahhoz, hogy az új tantervi

célkitűzések e szempontból is megvalósulhassanak.

Az új tanterv egész embert kíván a testnevelési órákon. Megyénkben a szakos ellátottság gyenge, alig 50%-os. A nem testnevelés szakos pedagógusok és a képesítés nélküliek nagy száma indokolttá teszi, hogy olyan testnevelési kézikönyveket kapjanak kézbe, melyek számukra és minden testnevelést tanító számára a tervező és gyakorlati munkát nagymértékben megkönnyíti."

A *középiskolák* viszonylatában lényegesen jobb volt a helyzet. Az 528 iskola 462 fedett, testnevelésre alkalmas helységgel rendelkezett (tornaterem, tornaszoba), ami 87,5%-os ellátottságot jelentett, a személyi és a szerellátottság is lényegesen jobb volt.

Az objektív és szubjektív feltételek rendszerében a harmadik testnevelési óra bevezetése okozta feszültség hatására lassú fejlődés indult el, és napjainkra a lényegi feltételek viszonylatában egyre jobb helyzet és vezetői hozzáállás tapasztalható. Ezt segítette az atlétikai határozat is, számoltak be erről a szakfelügyelők (például Kovács György, Szabolcs–Szatmár megye: Vezető szakfelügyelők tanfolyama, 1975.) „A határozat fellendítette az iskola pályaépítési mozgalmat, koordinációs bizottságok alakultak (párt, tanács). A megyei művelődésügyi osztály felmérte a testi nevelés helyzetét, és megállapította, hogy sok iskolában az építkezések az udvarok terhére történtek. Ezt igyekeznek kisajátításokkal is helyrehozni."

A termi ellátottság javítására az iskolák üzemek és vállalatok segítségével, jelentős társadalmi munkával, *szükségmegoldásként* pincehelyiségekből kondicionáló termeket alakítottak át a testnevelés céljára.

A szabadtéri létesítményekről összesítő adatok nem állnak rendelkezésre, de tudjuk, hogy számuk gyarapodott. A minisztertanácsi határozat nyomán nyújtott állami támogatás (pl. a fővárosban 5 millió) és a társadalmi összefogás dinamikus fejlődést eredményezett. A létesítményfeltételekben a kimutatható fejlődés ellenére továbbra is jelentős az elmaradás. A kiszolgáló helyiségeket tekintve is – öltöző, mosdó, szertár – kevés iskola rendelkezik a jogos igényeknek megfelelő helyzettel. Nehézségeket okoznak az ütköző órák és a koedukáció megléte az általános iskola magasabb osztályaiban és a középiskolában.

Az 1978/79-es tanévre az általános iskolában (3 856) a tornatermi ellátottság 29,4%-ra (1 134) fejlődött. Még jobb az eredmény, ha a tornaszobák adta többlettel is számolunk, hiszen főleg ezen a területen volt erős számszerű növekedés. Ebben az esetben 57,3% a fedett testnevelési helyiségekkel (2 211) való ellátottság.

A *személyi feltételek* terén is jelentős a javulás. A szakos ellátottság 73,7%-ra emelkedett, jóllehet a tantárgyak közül a testnevelésben volt a legnagyobb a szakoshiány – 563 fő. Az utána legmagasabb hiány magyar-ének szaknál tapasztalható – 266 fővel.

A középiskolák az 1978/79-es tanév idején 30 tanteremmel gyarapodtak. Az 529 iskola 480 termet kapott, amihez 1979/80-as tanévre az építkezések befejezésével további 38 készült el.

A tantervi anyag elsajátítása, a követelmények teljesítése a szer-, eszközellátottság mértékétől is függ. Az elmúlt ötéves tervben az iskolák jelentős rendkívüli támogatást kaptak (pl. a fővárosban 12 milliót), az alapellátáson kívül a szer-, eszközhiány pótlására. Az elhasználódás mértéke azonban nincs arányban az eszközök pótlásával. Ebben az árnövekedés mellett a szerek-eszközök erősen kifogásolható minősége, tartóssága is jelentős szerepet játszik. A szerek-eszközök gyors elhasználódásának egy másik összetevője az, hogy az iskolát külső szervek, egyesületek, önköltséges kondícionáló tanfolyamok is igénybe veszik.

Szélesíteni kellene a választható anyagra, a szabadidő sportokra való felkészítés eszközellátottságát. Ez egyszerre szemléleti és anyagi kérdés. De fontos kérdés, mert jelen helyzetünkben az *öntevékeny testedzésre* való felkészítés egyre inkább előtérbe kell, hogy kerüljön. Ide sorolandó a meglevő uszodák kihasználása is.

A személyi feltételek a középiskolákban jónak minősíthetők napjainkban. A gimnáziumokban és szakközépiskolákban a tanárszükséglet 1 155 fő, az állomány 1 080 fő, 93,7%-os ellátottságot jelent.

A tanárok végzettségét illetően összesítő adatok nincsenek. A helyzet ismeretében azonban leszögezhető az, hogy a gimnáziumokban tanítók csak kis hányada nem TF végzettségű. A tanárok módszertani kultúráltsága fokozatosan – de a kívánatosnál lassabban – formálódik az új igényekhez. A testnevelő tanárok túlnyomó része hivatástudattal, nagy áldozatvállalással és hozzáértéssel végzi nevelő tevékenységét. Társa-

dalmi megbecsülésükben azonban ez nem fejeződik ki, sőt még helyenként mindig tapasztalható bizonyos fajta lekezelő magatartás, nemcsak a középiskolai tanárok, hanem a felügyeleti szervek részéről is.

A testnevelők között sokan jelentős részt vállalnak a tantestület, a mozgalmi és társadalmi szervezetek munkájából is. Sokoldalú tevékenységük révén az iskolák nevelőtestületének értékes és megbecsült tagjai.

4. A felkészítés folyamata

Az új dokumentumok bevezetéséhez a felkészítés több lépcsőben és több formában történt meg.

Először 1975-ben került sor hivatalosan tájékoztatásra – a megyei általános iskolai testnevelés szakos vezető szakfelügyelők tanfolyamán. Dr. Nagy György a tudományos technikai forradalom várható fejlődési tendenciáit és ehhez kapcsolódóan a személyiségfejlesztés feladatait körvonalazta, majd áttért a testnevelés tantárgyjellegének néhány vitatott kérdésére. (A nevelés főfeladataiból való levezetés nehézségei.) Ehhez csatlakozott dr. Nagy Tamás előadása, melyben a *testnevelés követelményrendszerének* kérdéseit ismertette, majd pedig a tantervi vitákhoz adott alapvető szempontokat. A szakfelügyelők nagy érdeklődéssel vitatták meg az előadásokat, és nagyon hasznosnak minősítették, mivel az őszi tapasztalatcserékhez – érzésük szerint – nagyon sokoldalú szempontokat kaptak. Kifejezték azt a véleményüket, hogy a tervek megismertetéséhez szervezett lefutású tanfolyamrendszert kell létrehozni. Elhanyagoltnak minősítették az alsó tagozatos nevelők továbbképzését a testnevelésben. Általános volt az a vélemény, hogy a testnevelés rendkívül alacsony részaránnyal szerepel a továbbképzési programokban.

Az *1976/77-es iskolai évet előkészítő tanácskozáson* augusztusban az általános iskolai vezető szakfelügyelők és a középiskolai szakfelügyelők tájékoztatást kaptak az alapelvek, a tanórán és tanórán kívüli nevelés terveinek társadalmi vitájában elhangzott javaslatokról, valamint a pedagógusok felkészítésének tervéről.

Az alsó tagozatban tanító pedagógusok számára, a szakfelügyelők, munkaközösségvezetők „adták át" a szükséges információkat. Valamennyi pedagógus részére egységes Tájékoztatót küldött a tanszék, amelyekben szerepeltek a kipróbálás célkitűzései, a megfigyelési szempontok, útmutatások a tanmenetkészítéshez, valamint a gyors tájékozódást szolgáló szakirodalom felsorolása.

A kipróbálásra felkért iskolák tanárai (szakfelügyelők, vezető tanárok) már korábbi értekezleteken is kaptak tájékoztatást – külön – a tantervi munkálatokról, az új tantárgyi feladatokról, az egyes fejezetek értelmezéséről.

A tantervi tapasztalatok bővülésével együtt, a továbbképzésben résztvevők köre is bővült.

1977. január 24–25–26-án Egerben a Tanárképző Főiskolán megyei (fővárosi) alsó fokú iskolai csoportvezetők, általános iskolai, általános tanulmányi felügyelők és továbbképzési intézeti (kabinet-) igazgatók kaptak tájékoztatást és eligazítást felkészítő tanfolyamok keretében.

Valamennyi alsó tagozatos szakfelügyelő, megyei (fővárosi) továbbképzési intézeti alsó tagozatos továbbképzést igénylő munkatárs tanítóképző főiskolai gyakorló iskolák vezetői, megyei (fővárosi) bázisiskolák igazgatói szintén kaptak még felkészítést január hónapban (1977.)

A szakmunkásképzési célú szakközépiskolák első osztályos testnevelési tantervének felkészítő tanfolyama *1977. február 1–3. között Pécsett volt.* Témája: az új tanterv cél-, feladatkövetelményrendszerének egysége, a képességfejlesztés feladatai és a tanterv új vonásai.

Az 1977/78-as tanévelőkészítő tanácskozáson május 20-án az OM-ben a középiskolai szakfelügyelők, május 24-én az OPI-ban pedig az általános iskolai testnevelés szakfelügyelők részére folytatódott a felkészítés az új tantervekre. Tartalmi, szervezési kérdések is napirendre kerültek.

Az általános iskolai testnevelés szakos szakfelügyelők tanfolyamára került sor *Pécsett, 1977. második félévében* tanévelőkészítő, tájékoztató, felkészítő jelleggel. Ezt megelőzte a megyei vezető szakfelügyelők tanévelőkészítő tanácskozása 1977. május 24-én.

Az 1978-as évben a felkészítések már az általános tantervi bevezetést szolgálták. *1978. januárjában Pécsen* tanfolyam is megrendezésre került. Az általános bevezetésre kerülő tantervekről hallgathatták az előadásokat a szakfelügyelők. A második félévben tanévelőkészítő értekezlet történt, ismét csak a vezető szakfelügyelők részvételével, de részt vettek az értekezleten először a megyei testnevelési és sportfőelőadók is.

1978. június 26–28-án Gyöngyösön került megrendezésre a szakközépiskolai szakfelügye-

lők következő felkészítése. A tanmenetkészítés és a tanulói teljesítményfüzet ismertetése mellett a szakfelügyelet feladatait tárgyalták a középiskolák szakfelügyelőivel.

Az *1978/79. iskolaévet* előkészítő értekezleteket ismét Budapesten tartották meg a szakfelügyelők részére. Az új tanterv tartalmi feldolgozása konkretizálódott a belépő osztályokra.

1979. január 31. és február 2. között Kaposváron tartották a következő központi felkészítést, ahol már az addigi tantervkipróbálási tapasztalatokról kaptak előadást az általános iskolai testnevelés szakfelügyelők (valamennyi). A témák között helyet kapott a dokumentumok helye és értelmezése az iskola egészének életében is. Az előadásokat viták, konzultációk követték.

A középiskolai szakfelügyelők központi felkészítő tanfolyama *1979. június 26–28-án* szintén Kaposváron volt. A tanfolyam témái a tanórai és a tanórán kívüli foglalkozások területén igen átfogóan tárgyalták (ügyesség-, mozgástanulás, a testnevelési követelménytaxonómia, a kísérleti követelményrendszer tapasztalatai.

1980. januárjában Nyíregyházán volt a következő általános iskolai képzés. A tanterv mellett a fő téma a teljesítményfüzetek használatából fakadó tapasztalatok és a tantervi tanítás során felmerülő didaktikai problémák taglalása volt a tanítási egységek tükrében.

A középiskolák számára *július 3–5-én, Egerben* folytatódott a soros felkészítés. Az egységes szakfelügyelői értékelés, a 14–18 éves fiatalok általános és speciális erő- és állóképesség-fejlesztése, és a játékok szerepe és alkalmazása testnevelési órán témák kerültek napirendre.

A tantervi koncepció átültetése a felkészítés szempontjából általános iskolai fokon az 1981. évi kecskeméti felkészítő értekezlettel véget ért.

A középiskolai szakfelügyelőkkel *1981-ben Tiszakécskén, 1982-ben Egerben* volt még az új tantervre felkészítő tanfolyam, ahol folytatódott a képességfejlesztés általános kérdéseinek megvitatása, az egységes szakfelügyelői értékelés metodikai feldolgozása és az új tanterv atlétika- és tornaanyagának részletes elemzése.

Az értekezletek anyagát a megyékben a továbbképző intézeteknek, a vezető szakfelügyelőknek, a szakfelügyelőknek kellett továbbadni a területen dolgozó tanárok, munkaközösségvezetők felé. Ez a tevékenység a megyei testnevelési és sportfőelőadók, a szakfelügyelők jelentései alapján meg is történt. Az OPI munkatársai felkérésre természetesen segítették külső előadóként a továbbiakban is (a központi tanfolyamokon kívül) a felkészítés munkáját ott, ahol a megyei szakfelügyelő igényelte ezt. A felkészítést irodalmi kiadványok is segítették. Ebben vezető szerepe módszertani folyóiratunknak, a testnevelés tanításának volt. Több folytatásban közölt tantervismertető és magyarázó cikkeket pedagógusok számára. Az irodalmi áttekintés jól tükrözi a felkészülés útját is.

Gyenge József–Nagy Sándor: A tantervek kipróbálásáról. A testnevelés tanítása, 1974. 4. sz.

Nagy Tamás: Próbák és feladatlapok együttes alkalmazása a testnevelés tanításában. A testnevelés tanítása, 1974. 6. sz.

Tanulmányok az ifjúság testi neveléséről. Sport. 1975.

Dr. Hámori József: Mozgáskultúra és az idegrendszeri fejlődés összefüggései. A testnevelés tanítása. 1976. 3. sz.

Nagy Tamás–Nagy György: A testnevelési tanszék tantervi kutatásáról. Pedagógiai Szemle, 1976. 4. sz.

Nagy Tamás: Az új tantervekről. A testnevelés tanítása. 1976. 1., 2., 3., 4., 1977. 1. sz.

Burka Endre–Nagy Sándor: A tantervek kipróbálásáról. A testnevelés tanítása. 1977. 2. sz.

Nagy Tamás: Az 1977/78-as tanév fő feladatai. A testnevelés tanítása 1977. 4. sz.

Nagy Sándor: A testnevelés tantárgy korszerűsítése a középiskolában. (Útmutató a tanári felkészüléshez) OPI.

Burka Endre (szerk.) 1977. Tantervi Útmutató Testnevelés I–IV. osztály, Tankönyvkiadó, Bp. 1977. A testnevelés tanítása. 1977. 3. sz. 1978/79. ua. 1978. 3. sz.

Nagy Tamás: Az általános iskolai nevelés és oktatás terve. Tantervi útmutató. Testnevelés 1–4. osztály (az alsó tagozatos tantervhez) Tankönyvkiadó, 1978.

Burka Endre: A testnevelés tanításának korszerűsítése (általános iskola 1–4. osztály) OPI 1977.

Nagy Sándor: A középiskolai részletes követelményrendszer I., II., III. A testnevelés tanítása. 1979. 2., 3., 4.

Mojzes Sándor: Útmutató a tematika a tollaslabdázás tanításához az általános és a középiskolákban. OPI. 1979.

Mónus András: Útmutató a könnyített testnevelés tanításához. Budapest, 1980.

Varga Sándor–Várady Géza: Útmutató a testnevelési osztályok szervezésének, működésének és tartalmi munkájának főbb kérdéseihez. OPI. 1981.

Nagy Sándor: A gimnáziumi részletes követelményrendszer I., II., III. A testnevelés tanítása. 1982. 3., 4., 5. sz.

A Fővárosi Pedagógiai Intézet 1978-ban kiadta „A nevelés és az oktatás tervének értelmezése és a tanítás ajánlott módszere a testnevelésben" c. kiadványát, amelyet minden iskola megkapott. Ebben az új dokumentumok részletes értelmezését, magyarázatát megtalálják azok a kollégák is, akik esetleg A testnevelés tanítását nem olvasták.

Nagy Sándor (szerk.): A szakmunkásképző iskolai nevelés és oktatás terve. Tantervi útmutató. Testnevelés I–III. osztály. Tankönyvkiadó. 1978.

Kovács Tamás: Útmutató és tematika a havas sportok tanításához. OPI. 1982.

5. A testnevelés teljesítményfüzet

Az új tantervek feldolgozását segítették az általános iskola 1–8. osztályában, az 1977/78-as tanévtől, a középfokú iskolákban az 1978/79-es tanévtől kezdődően bevezetett *testnevelési teljesítményfüzetek.* A füzetek a tankönyvcsalád részeként kerültek bevezetésre, s a 6–18 éves korosztályok fizikai felkészítését, játék- és sportműveltségének emelését, a tanulók testi nevelésének eredményesebbé tételét hivatottak segíteni. A teljesítményfüzetet minden tanuló évenként (évfolyam szerint) kézhez kapja, s a benne szereplő feladatokat folyamatosan, többségében tanórán kívüli feladatként oldotta meg. Folyamatosan kellett vezetnie a fejlődését mutató adatokat, és tartalmazza a füzet az Edzett Ifjúságért mozgalom követelményeinek teljesítménylapjait is. A teljesítményfüzetek bevezetésével nem testneveléselméleti ismeretek elsajátíttatása, nem a gyakorlati tevékenység háttérbe szorítása volt a cél, hanem a tevékenység során szerzett tapasztalatok, a sokoldalúbb mozgástanulás érvényrejutását akarták elérni. Még abban az esetben is gyakorlati tevékenységet feltételezett egy-egy „feladatmegoldás", ha az csupán játékismertetést vagy motiváló szándékkal leírt sportágismertetést jelent. A célok egyike volt, hogy a tanulók saját mozgástapasztalatuk alapján meghatározott elméleti tudást is szerezzenek, korának megfelelő szinten mindenkinek ismernie kell egy-egy gyakorlat hatását a szervezetre, a leggyakrabban szereplő mozgásformák gazdaságos technikáját, a különböző feladathelyzetekben a legeredményesebb megoldási formákat.

Viszonylag sok sportágat mutatott be, főleg azért, hogy a tanulókat a rendszeres sportolásba bekapcsolja. Több gyakorlat az iskola befejezése utáni autodidakta *rekreáció* megalapozását is szolgálta (pl. járás–futás próba, tornázás, jóga).

Egy füzet két-három évfolyam anyagát tartalmazza. Az összevonást az „Edzett Ifjúságért" mozgalomhoz való igazodás tette szükségessé. Több feladattípusa (pl. motivációt segítő, folyamatos gyakorlást, egyszeri kipróbálást, megfigyelést) van.

6. A felkészítés nehézségei

A felkészítés országosan megvalósult, a felkészítési terv pontos végrehajtása szerint történt.

Problémát jelentett az, hogy az új tanterv 2–3 áttételen keresztül jutott el a testnevelőkhöz, ami óhatatlanul torzulást is jelentett.

– A szakmai munkaközösségekben folyó továbbképzés jelenlegi rendszere *elvileg* lehetőséget ad arra, hogy az új ismeretek mindenkihez eljussanak. A gyakorlat azonban – mivel a személyes részvétel nem mindenütt kívánalom, hanem elég ha az iskolai munkaközösségvezető képviseli az iskolát – nem nyújtott biztosítékot arra, hogy az új ismeretanyag, amely a tanterv gyakorlatba való átültetéséhez szükséges szemléletet, az új dokumentumok alapján történő gondolkodás igényét és képességét kialakíthatná, mindenkihez eljusson. De ha akár el is jutott, akkor hatékonysága az imént említett többszörös áttétel következtében mindenképpen csökkent, még az is előfordulhatott, hogy éppen a lényeg sikkadt el.

– Nehezítette még a tanterv bevezetését, hogy a felső tagozatra vonatkozóan nem jelent meg tantervi útmutató.

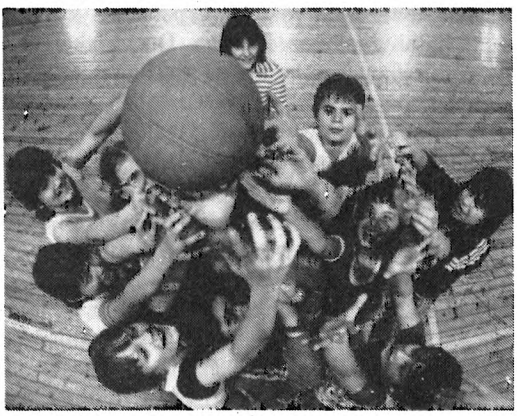
– Az előkészítő munkát hátráltatta még, hogy az új dokumentumokat a felkészítés időszakában még nem kapták kézhez a tanárok. A továbbképzéseken nem vett részt minden testnevelő. A munkaközösségek vezetőin kívül néhány érdeklődő képviselte még csak az iskolá-

ját. A felkészítésen hallottakat ők továbbították kollégáiknak.

– A gyermekgondozási segélyről visszatérők kimaradtak a felkészítésből. A pályakezdőknek az új tantervvel kapcsolatos ismeretei hiányosak. Hiányaik pótlásában sokat számított, hogy milyen kollégák közé kerültek. A jól működő munkaközösségek segítik a fiatal testnevelőket, de néhány helyen csak a saját tudásukra támaszkodhatnak.

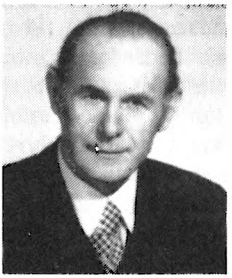
Az új dokumentumokra való felkészítés tehát nem tekinthető befejezettnek. A további munkában is folyamatosan foglalkozni kell vele.

(Folytatjuk)



Boros Jenő felvétele

Hajdú Gyula életútjáról



SOMORJAI LÁSZLÓ

Hajdú Gyula testnevelő tanár 1914-ben Békéscsabán született. Iskoláit a helyi alma materekben végezte. Mint maga mondja: Nem készültem testnevelő tanárnak, először újságírással foglalkoztam. 1932–33 évben a helyi lapokban több versem jelent meg. Az elmúlt ötven év során kötetnyivé duzzadt írásos munkáim száma.

A pedagógus pálya tradicionális volt a családban, mert édesapja is polgári iskolai tanár volt. „A taníttatás nem ment könnyen – emlékszik vissza Hajdú tanár úr – mert öt testvérem alapos próbatételt jelentett a megélhetésben édesapámnak. Külön nehézséget jelentett számomra az, hogy érettségi után, a gazdasági válság idején, nem tudtam elhelyezkedni. A reménysugarat csak az jelentette, hogy előfelvétellel bekerültem a Testnevelési Főiskolára.

Abban az időben még igen kevés tanulót vettek fel, és a tanulói évek megkezdése csak a tartalékos tiszti kiképzés után válhatott valósággá. Dr. Szukováthy Imre volt a Főiskola igazgatója, és olyan kitűnő tanárok dolgoztak a főiskolán, mint Kmetykó János, dr. Gyulai Ágoston, dr. Deseő Gyula, dr. Malán Mihály, E. Wéber Edith, valamint Kerezsi Endre, dr. Hepp Ferenc tanársegédek. Az elméleti és gyakorlati képzés egyaránt igen magas színvonalú volt abban az időben. A Testnevelési Főiskola szigora pedig egy zárda nevelési módszereit követte. A fiú és leány tanulók között a barátkozás, társalgás magánjellegű formája tilos volt,

és a kétnemű hallgatóság csupán önképzőszerű kultúrműsor vagy a TF bál idején találkozhatott. A rendkívül magas követelmény miatt sokan kimaradtak. Számomra is rendkívüli nehézséget okozott súlyos isiászom többszöri kiújulása."

Pályakezdőként 1938-ban a szegedi Klauzál Gábor Gimnáziumba került óraadó helyettes tanárként. Rövidesen a makói gimnáziumban kapott állást, majd a kiújuló betegség utókezelése miatt átkérte magát a budapesti Madách Imre Gimnáziumhoz.

A tanítás mellett a másik vesszőparipa, az írás sem maradhatott el, 1942-ben kész volt a verseskötet, de kiadatását meggátolta a háború. Hajdú Gyula tanár urat behívták katonának. Mint mondja: Valószínűleg újra és újra kiújuló ideggyulladásom volt az oka, hogy nem kerültem a frontra.

1944 végén szabadságot kapott, és az ostromgyűrű összezárása előtti napon ért haza Budapestre. Az ostromot Budán vészelte át a család. A lakást bombatalálat érte. Így csak a puszta életüket tudták menteni.

A felszabadulás után rögtön jelentkezve, a Madách Gimnáziumban 1950-ig itt tanított. Ebben az évben több testnevelő tanárt helyeztek át az MTH-hoz a testnevelés és sport új feladatainak szervezésére és megoldására.

– Sokan el sem tudják képzelni, milyen körülmények között kezdtük el a munkát – emlékszik H. Gy. A testnevelés tárgyi és dologi feltételei teljesen hiányoztak. Az egymást váltó osztályok tanulói egymásnak adták át a tornacipőt, tornaruhát, szó szerint „melegváltással", de zuhany sem volt, ahol mosakodhattak volna. Az órát utcán, téren vagy a leapadt Duna homokmedrében lehetett volna megtartani. Később olyan mosókonyhában kellett dolgoznunk, ahol a falról hulló mészporban fuldokoltunk nyolc-kilenc órán át. Egy műtőben használatos gázálarcban óvtam hangszálaim teljesítőképességét. Az órákat minden körülmények között meg kellett tartani. Minden testnevelőtársam emlékszik még a kezdeti nehézségek hőskorára.

A tömegsport abban az időben sajátos új utakon indult. Az MHK mozgalmak nem ismeretlenek a kollégák számára. Hajdú Gyula részt vett az ezzel foglalkozó szakkönyvek megírásában és a módszertani kiadványok lektorálásában. Később a Népművelési Intézet Néprajzi Osztálya felkérésére 1952-ben elkezdte a népi játékok gyűjtését, rendszerezését. Mint vallja: – Akkor még nem sejtettem, hogy egy életre szóló kutatómunkába fogtam bele.

1956-ban a 26. sz. intézetből a 13. sz. szakmunkásképző iskolába helyezték, és félfüggetlenített szakfelügyelői munkával bízták meg. Sokat járt vidékre. Részt vett a Tantervelőkészítő Bizottság munkájában és a tanárok továbbképzését segítő „Módszertani levelek" szerkesztésében. Szakfelügyelői munkájában minden esetben az a törekvés vezette, hogy a tárgyi és a személyi feltételek biztosítottak legyenek, és ne türjenek meg olyan állapotokat, melyekben ő volt kénytelen hosszú évekig tanítani. Az előrelépés érdekében – mesélte – igen sokszor kellett hibás nézetekkel és maradi beidegzésekkel megküzdeni, de a testnevelési és sportmunka színvonala évről évre javult.

1970-ben a Fővárosi Tanács átvette szakfelügyelői állományba. A vidéki utak elmaradása után több idő maradt számára oktatómunkára is. 1971-ben – 15 évi halogatás után – jelent meg „A magyar népi játékok gyűjteménye" c. néprajzi kiadványa. Munkatársai – több testnevelő tanár segített a helyszini gyűjtőmunkában, a ritkán fellelhető irodalmi anyag felkutatásában rendszerezésében. A könyv nívódíjat kapott, és a kiadás évében elfogyott. A Magyar Népi Gyermekjátékok ének-zene szakköri füzetek 2. sz. sorozatban az átvett játékanyag 1975–83. év között öt kiadást ért meg.

A Népművelési Intézet Kutatási Osztályának felkérésére összeállította az általános és középiskolák kísérleti tantervébe ajánlott népi játékanyagot. (Kísérleti tanterv, 1975). A játékok alkalmazása és népszerűsítése érdekében több bemutató foglalkozást és előadást tartott. Az egyik ilyen előadás kapcsán a helybeli testnevelő tanárok Népi Játék Olimpiát szerveztek Turán.

Az időigényes néprajzi munka mellett más irányú irodalmi tevékenysége sem szünetelt. Négy esztendeig gyűjtötte a „Sport és vers" antológia anyagát. Közben átrendezte saját versgyűjteménye kéziratát, és megírt három regényt. Kiváló munkássága elismeréseként több állami kitüntetés birtokosa: 1952-ben a Sport-érdemérem bronz fokozatát kapta. 1957-ben Az oktatásügy kiváló dolgozója. 1976-ban „A szocialista szakmunkásképzésben végzett 25 éves eredményes tevékenységéért" miniszteri dicsérő oklevelet kapott. 1977-ben a Pedagógus Szolgálati Emlékéremmel tüntették ki, közel 40 éves nevelő-oktató munkája jutalmául.

A tanítástól, az iskolától nem szakadt el. 1976-tól 80-ig az Erősáramú Szakközépiskolában tanított. 1980-tól a Kandó Kálmán Műszaki Főiskola tanára mint óraadó. Munkája folytatója fia, az Árpád Gimnázium testnevelő tanára.

ALKOTÓMŰHELY

A FLOPTECHNIKA LÉC FELETTI HELYZETÉBEN A SÚLYPONTNAK A LÉCHEZ ÉS A TESTKONTÚRHOZ VISZONYÍTOTT TÁVOLSÁGAINAK VIZSGÁLATA

PÉTER ATTILA

Konzulens: Dr. Barton József sportorvos, főiskolai docens

Bevezetés

A floptechnikát – mint a magasugrás rendkívül érdekes, bonyolult technikáját – „megszületése" pillanatában a biomechanikusok vizsgálat alá vetették, és azóta sem szakadt meg mozgáselemeinek aprólékos elemzése. Djacskov (1967), Kerssenbrock (1969), Heinz (1971 és 1974), Tihanyi (1973), Hay (1973), Nigg (1974), Főző és Barton (1981), Barton és Szende (1980), Nyári (1982) szerzők tanulmányai alapján hipotézisünk szerint az ugró képes – jó légmunkával (a fej, a lábak, a karok megfelelő elhelyezésével, valamint a törzs erőteljes hátrahajlításával) – súlypontját a test alsó konturjától olyan messze „eltávolítani", hogy *a súlypont a léc szintje alatt haladhat át,* s a lécet nem veri le.

Célunk az volt, hogy a test alsó konturja, a súlypont és a léc egymáshoz viszonyított helyzetét – nem csupán modellezéssel – egy-egy ugráson szemléltetve, adatokkal mutassuk be.

Módszer

1980. október 22-én az Olimpiai Csarnokban élvonalbeli magasugrók 3–4 ugrását 1/100-as képváltási frekvenciájú STALEX gyorsfordulatú filmfelvevővel rögzítettük az MTA Kutatófilm Központ segítségével. Vizsgálataink céljára Sterk K. két ugrása volt a legalkalmasabb, mert ezeknél a léc feletti áthaladáskor az ugró hossztengelye a kamera optikai tengelyére csaknem merőleges volt. Az első ugrásnál a lécmagasság 165 cm, a másodiknál 170 cm volt. Az elkészült filmről képernyős Dokumátoron mm-pauszra konturprogramokat készítettünk úgy, hogy először becsléssel választottuk ki azt a képkockát,

mely valószínűen az ugró súlypontjának pályagörbéjének tetőpontját jelenti. Az első ugrásnál kilenc, a másodiknál hat képkocka elegendő volt e tetőponti helyzet kiválasztásához. Ezután meghatároztuk a szegmenthatárok, illetve bizonyos szegmentek súlypontjának x, y koordinátáit. Az adatokat Szende (1977) BASIC nyelvű számítógépes programjával elemeztük Wang 2200 számítógépen.

Eredmények

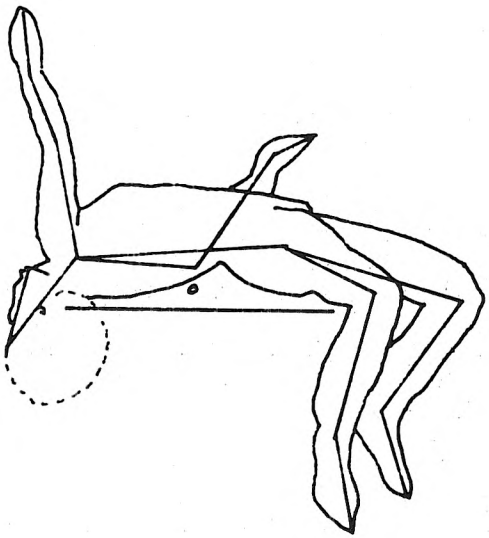
A súlypontpálya tetőpontján az ugró testhelyzete látható az 1. és 2. ábrán (első, illetve második ugrás),

Az 1. és a 2. ábra összehasonlításakor szemmel is érzékelhető különbségeket fedezhetünk fel:

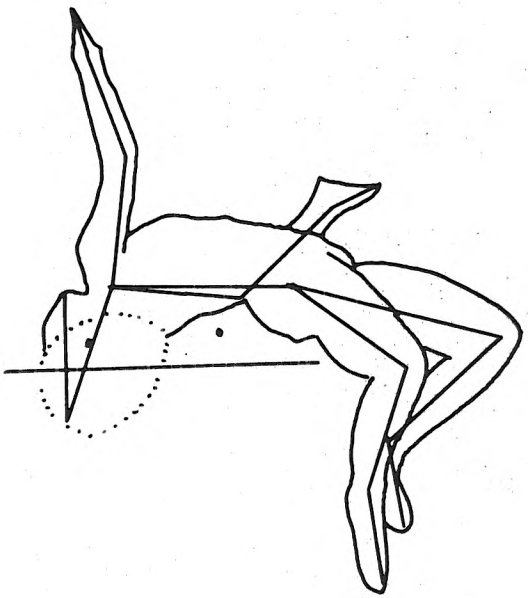
a) Az első ugrásnál az ugró hátának alsó kontúrja domború, a második ugrásnál homorú.

b) Az első ugrásnál a vállizület – csipőizület egyenese és a vállizület – fejsúlypontját összekötő egyenese közti szög nagyobb, mint a második ugrásnál. A másodiknál erőteljesebb a fej hátrahajtása.

A többi mért adatot a 3. ábrán látható táblázatban foglaltuk össze. A legfontosabbakat nyíl jelöli.



1. ábra



2. ábra

3. ábra

A VIZSGÁLT TESTRÉSZEK TÁVOLSÁGA	1. UGRÁS	2. UGRÁS
Súlypont – hátkontur	3,83 cm	6,38 cm
fejsúlypont – csipőizület	72,34 cm	59,57 cm
fejsúlypont – bal térdizület	121,27 cm	117,02 cm
fejsúlypont – jobb térdizület	97,87 cm	89,36 cm
fejsúlypont – bal bokaizület	102,12 cm	89,36 cm
fejsúlypont – jobb bokaizület	93,61 cm	91,48 cm
vállizület – csipőizület	59,57 cm	51,06 cm
súlypont – léc felső éle	6,46 cm	11,21 cm

Vizsgálataink alapján Hay kiegészítéseként mondhatjuk, hogy a megfelelően végrehajtott léc feletti testhelyzetben – a fej és a törzs erőteljes hátrahajlításával, valamint a térdek minél jobb közelítésével a fejhez – a súlypont pályagörbéje a tetőponton a léc szintje alá vihető.

IRODALOM

Barton J. és Szende A.: A léc feletti áthaladás optimalizálása számítógépes szimuláció segítségével. IX. Mozgásbiol. Szimp. Tihany, 1980. (Elhangzott előadás).

Berton J. és Szende A.: A more accurate definition of segmental centre of gravity of the trunk with special regard to the extreme trunk flexion in some branches of sport. *Sportorvosi Szemle* (Hung. Rew. Sports Med.) 3. 197–206, 1981.

Djatschkow, I.: Zur Anlaufgestaltung im Hochsprung. *Der Leichtathletiktrainer 2,* 29. 1960.

Főző Cs. és Barton J.: A floptechnika kinematikája biomechanikai filmelemzés segítségével. *Atlétika 9,* 12–14 és *11* 5–8, 1981.

Hay, J. G.: The Biomechanics of Sport Techniques. Prentice–Hall Inc., Englewood Cliffs, N. J. 1973.

Heinz, S.: Zum physikalischen Sinn des bogenförmigen Anlaufs beim Fosbury–Flop. *Leichtathletik 4,* 121–124, 1974.

Kerssenbrock, K.: Beitrage zur Analyse des Fosbury–Flops. *Leichtathletik 28,* 981–984, 1969.

Nigg, B. (szerk.): Sprung Springen Sprünge. Julius Verlag Zürich 1974. 182. old.

Vidéki gyógytestnevelők továbbképzése
Pécs, 1984. május 16–17.

Kétéves kihagyás után újra megrendezésre került a vidéki gyógytestnevelők továbbképzése. A továbbképzésen 30 gyógytestnevelő vett részt. A megyék 1–3 fővel képviseltették magukat. A gyógytestnevelő kollegákon kívül a szakterületért felelős vezető szervek is képviseltették magukat.

Az első napi program Komlón a Kun Béla Gimnáziumban került megrendezésre. *Tóth József* igazgató intézményét bemutató kedves, vendégszerető szavai után *Gergely Gyula,* az OPI Szomatikus Nevelési Osztályának vezetője nyitotta meg a tanácskozást. Dr. *Várbíró István* főorvos nyitóelőadása méltóképpen vezette be a kétnapos program színvonalas eseményeit. Előadása a vegyes belgyógyászati csoport orvosi vonatkozásaival foglalkozott.

Az első részben a hemodinamika néhány kérdéséről, a vitálkapacitásról, a rekeszizmok erősítésének fontosságáról (hasi légzés) hallhattunk. Fontos kérdésként kiemelte az alveusok felszínének légzésgyakorlatokkal történő növelését – mely 17 éves korig fejleszthető, – ezzel is javítván az oxigén-anyagcserét.

Előadása *második részében* a szívműködés kérdését fejtegette, kiemelve a pulzusszámérték információs jelentőségét a testnevelés és az edzettség értékelhetősége szempontjából.

Befejezésül a különböző szívhibákról volt szó. Kifejtette, hogy „minden esetben célirányos mozgást alkalmazzunk, és óvakodjunk a magas szinten egyenletes terheléstől.

Az előadást követő *hozzászólásokból* kiderült, hogy még mindig megoldatlan több probléma, ami feszíti a gyógytestnevelés területét. A kollégák őszintén reflektáltak olyan kérdésekre, mint a gyógytestnevelők és orvosok nem megfelelő kapcsolata. Komoly problémák vannak a szűréssel a kategóriába soroláshoz, nem ismerik a 102/77./MK 1. sz./ M. M. utasítást, és nem rendszeres a gyógytestnevelésre utalt tanulók orvosi ellenőrzése.

A gondok hangulatot befolyásoló megjelenése után üde színfolt volt az iskola tömegsport- és gyógytestnevelés-óráira járó tanulólányok zenére bemutatott ritmikus sportgimnasztika elemekből álló koreografált bemutatója.

Tóth Jánosné gyógytestnevelő, második napirendi pontként a főorvos úr előadásához nagyon jól csatlakozó bemutató órát tartott, szintén zenére.

A csoportban veseelégtelenségben szenvedő, asztmás, problémás vérnyomású, összetett szívhibás és műtét utáni agytumoros tanulók voltak.

A 60 perces változó dinamikájú óra nyugalmi pulzus mérésével kezdődött. Az egyes mozgástípus-egységek után a pulzusméréssel továbbra is tájékozódhattunk a tanulók terhelési szintjéről, pulzusszám alapján. A bemutató órát követő – tervezett – konzultáción újabb, a szakterületet érintő hiányosságok kerültek felszínre. – A szakos szakfelügyelet hiánya erősen befolyásolja munkájuk hatékonyságát. – Az általános testnevelés szakfelügyelők nem tudnak kellő segítséget adni a tartalmi munkához, és szervezési kérdésekben sincs elég súlya a szavuknak. – A gyógytestnevelők úgy érzik, hogy hátrányos helyzetben vannak a szakmán belül, presztizsüket tekintve is és anyagi elismerésük vonatkozásában is. Egyértelműen megfogalmazódott, hogy a hátrányok felszámolásával kellene vonzóbbá tenni a szakmát.

Pádár Károly budapesti vezető szakfelügyelő szakmailag értékelte a bemutató foglalkozást.

Tóth József igazgató Tóthné bemutató foglalkozása kapcsán kifejtette a tanár személyiségének fontosságát, ahhoz, hogy a gyerekek ne érezzék hátrányos helyzetben magukat a gyógytestnevelési órán.

Nyiri János (M. M.) hangsúlyozta az egészségügyi szervekkel és vezetéssel a szorosabb kapcsolat fontosságát.

Dr. Várbiró István főorvos felvetette az iskolaorvosok problémáit. Nincs az orvosképzésben gyógytestneveléssel kapcsolatos tantárgy. Javasolta, hogy a szűrésben érdekelt szakorvosokat hívják meg a továbbképzésekre.

Dr. Ungár Erzsébet hozzászólásában kiemelte az óvodás korú gyermekek gyógytestnevelésének szükségességét.

Kisfalvy Zsuzsa budapesti gyógytestnevelési szakfelügyelő abban a kérdésben kért információt, hogy vidéki tapasztalatok alapján milyen számban kerülnek vissza I., illetve II. kategóriába a gyógytestneveltek. A körültekintő szervezők gondoskodtak arról is, hogy egy esti összejövetel keretében a különböző tájakról érkezett szakemberek kötetlen formában cserélhessék ki tapasztalataikat.

A második nap Pécsett a Belvárosi Iskolában folytatódott a továbbképzés, a gerincdeformitás gyógytestnevelésének jegyében.

Dr. Magdics Edit klinikai tanársegéd előadást tartott „Új vizsgálati eredmények a gerincdeformitások területén" címmel. Részletesen beszélt először az ismeretlen és ismert eredetű scoliózisokról, majd a Schauermann kyphozisról és annak a kezeléséről, mely témákat színesen demonstrált is.

Ismét bemutató óra következett gerincdeformitásos tanulók részére *Rubinszkyné Hambalkó Magdolna* vezetésével. A jó megterhelésű óra láttán külön öröm volt számunkra, hogy olyan kolléganő vállalta a közösség előtt való bemutatkozást (aerobic jellegű zenés feldolgozással), aki mindössze másfél éve tanít.

A sikeres továbbképzést *Gergely Gyula* zárta, tolmácsolva a kollégák köszönetét is a Baranya megyei Továbbképzési Intézet odaadó szervező munkájáért.

OLÁH ERZSÉBET

ÉSZREVÉTELEK, HOZZÁSZÓLÁSOK

A fejállás oktatásának „fordított" metodikája

Nem fogadhatjuk el mereven azt a régen ismert kényelmes álláspontot, hogy a sportágak technikái, mivel természetes mozgásra épülnek, ezért a sikeres elsajátítás feltételei ún. természetes úton szükségszerűen meg is alapozódnak.

Egyre gyakrabban kell vállalkoznunk a mulasztottak pótlására, mely végső soron nem mindig hálás feladat. Így például a futások és ugrások tanítóinak mesterei elbizonytalankodhatnak, ha a helyváltoztatás „tipegő" szakaszának megalapozására vállalkoznak.

Könnyen csapdába eshetnek akkor is, ha a hiányzó képességszintet azon alaptechnika oktatásával és gyakoroltatásával akarják fejleszteni, melynek végrehajtására a tanulók nem képesek. Például azért gyakoroltatjuk a fejállást, hogy annak tartásához megfelelő izomerőt fejlesszünk. Természetesen hasonló hibákat az atlétika vagy a labdajátékok viszonylatában is elkövethetünk.

A kézállás és a fejállás oktatásának menete megegyezik abban, hogy a fordított testhelyzet egyensúlyának megtartására irányul. Ez nem is jelent problémát, ha a testhelyzetet a tanulók már felvették. Az egyensúly megtartása ugyanis egyéni tapasztalatszerzéssel lehetséges, az oktató csak ennek kedvező körülményeit biztosíthatja. Ezért sem véletlen, hogy a gyakorlat problémája tulajdonképpen a fordított testhelyzet felvételének megtanítása. Talán azért is épül ez a szakasz a legkövetkezetesebben a fizikai és a mechanikai törvényszerűségekre. A mozgásvezérlés szempontjából azonban mégis logikátlannak értékelhető.

A csípő és a lábak emelése (mozgatása) ugyanis már zsugorfejállásban történik, ahol igaz, hogy a súlypont lejjebb van a nyújtott helyzetnél, de az egyensúlyt megtartó képességre akkor van szükség, amikor ez a könnyebb álló ún. statikus helyzetben meg sem alapozódhatott. Ezért is tartom ésszerűnek a hagyományos metadika megfordíthatóságát és a fejállásból történő visszaépíthetőségét.

Az oktatás fázisai:

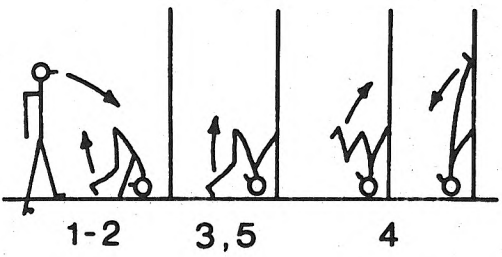
1. *Alaphelyzet felvétele:* (1. ábra)

1–2. ütem Terpeszállás szemben a bordásfallal, törzshajlítással előre a bordásfal mellett, kéz segítségével fejtámasz vétel. (Fejtető a talajon)

3. ütem Karemelés hátsó rézsutos mélytartásban, fogásvétel azonos magasságban. (A fejtámasz ne tolódjon el a tarkó irányába, a karok lehetőleg nyújtva legyenek.)

4. ütem Csipő- és lábemeléssel törzsnyújtás „függő fejtámaszba".

5. ütem Csipő- és térdhajlítással ereszkedés vissza a talajra.



2. *Feladatok alaphelyzetben:*

Célja: a teljes testsúllyal való terhelés érzékeltetése, terhelés próbája, valamint az egyenes tartási helyzet stabilitásának csökkentése.

Erre legalkalmasabb, ha kezdetben lábterpesztéseket, térdhajlításokat, csipőhajlításokat, valamint különböző fejtámasz-korrekciókat végeztetünk. Ezek után következzenek az egy- és kétkezes feladatok.

Fokozatosan törekedjünk a végrehajtás lassítására, a terhelési idő növelésére.

3. *A kétkezes kartámasz felvétele:*

A megelőző feladatok után nem jelenthet problémát az egykaru és kétkaru támasz helyes felvétele. Ezt megkönnyíthetjük, ha tanulóink terpesztett lábbal támaszkodnak a bordásfalnak, és a kéztámasz helyét kihúzott gumizsinórral jelezzük. (Támaszkodjanak a zsinórra.)

4. *Egyensúlyozás szabadon játékos feladatokkal:*

A tartás szabad testhelyzetével, annak megtartásával a tanulók fokozatosan ismerkedjenek meg. Ők vállalják önként a feladatok nehezítését.

5. *Guggolótámaszból csípő- és lábemelés fejállásba:*

Az utolsó fázist csak akkor tanítsuk, ha a sikeres végrehajtás feltételeit megalapoztuk, és ennek végrehajtása már nem jelent problémát.

Az ismertetett módszert egy óvodás nagycsoportnál próbáltam ki, és a számomra meglepő eredmények miatt vállalkoztam tapasztalataim közlésére. A „fordított metodika" legnagyobb előnyének azt tartom, hogy a feladathelyzeteken keresztül a metodika felépítése sokkal differenciáltabban tagolt, mint a régi, így a tanulók mindig saját képességükhöz igazodva választhatják meg a kivitel legkedvezőbb módját.

Szentgyörgyi Zoltán

Az iskolai úszásoktatás jelentősége

Több mint 25 éve annak, hogy az általános iskolában – több-kevesebb sikerrel – bevezették az úszásoktatást.

Az új tanterv (nem testnevelésre szakosított osztályok) 24 órában lehetőséget biztosít az úszás oktatására. Ez a 24 óra nem elég arra, hogy a gyerekek megtanuljanak úszni. Arra elegendő, hogy a tanulók megszokják a vizet, megismerjék a vízben végezhető mozgásokat.

Jelenleg iskolánkban szünetel az úszásoktatás, az uszoda műszaki karbantartása miatt. Egyébként tanulóink heti egy alkalommal két órában vesznek részt úszásoktatáson. Ebben a két órában benne van az öltözködés, a hajszárítás. Az utazást azért nem említem, mert iskolánktól öt percre van a tanuszoda.

Oktatóink nagy része kénytelen szárazon, parton állva végezni az oktatást, bemutatni a gyakorlatokat. Ezt a módszert olyan csoportoknál lehet alkalmazni, amelyik már rendelkezik vízbiztonsággal. (Tud úszni.)

Kisgyerekeknél ez a módszer nem célravezető, hiszen a tanulók zöme akkor ismerkedik a vízben való mozgás, az úszás fortélyaival. Tapasztalataim szerint sokkal könnyebb egy mozdulatsor elsajátítása, ha magam előtt látom azt a gyakorlatot, feladatot, amit meg kell tanulnom, el kell sajátítanom.

Tudom, nagy megterhelést jelent az oktató számára az, hogy egész délelőttjét esetleg a délutánja egy részét is vízben kell töltenie. Egy jól megszerkesztett órarend nem nyújtana-e lehetőséget ennek kiküszöbölésére?

Például így: – kezdő csoport,
– haladó csoport, (úszni tudók).

Iskolai úszásoktatásunk másik hibája, hogy az órák távol esnek egymástól. Pedig lényeges lenne az órák egymáshoz közelítése. (Részek összekapcsolása és gyakorlása).

Miért nem valósítható meg minden iskolában az úszásoktatás? Mert nagyon kevés a tanuszodánk, építésük nagyon költséges – nem utolsósorban, – a meglevők műszaki állapota sem a legmegfelelőbb.

Olyan iskola, amelyik nem rendelkezik tornateremmel, de saját tanuszodája van, a képességfejlesztés egyik speciális módját kapta a kezébe, mert az úszást más sportágak bölcsőjének tartják, habár a képességek fejlesztése különleges közegben történik.

Úszástanuláskor nő a tüdő vitálkapacitása, javul a vérkeringés – így az izmok és az agy vérellátása. Ezért alkalmazzák az úszásoktatást, az úszást a gyógyászatban is.

Ha már a gyógyászatnál tartunk, meg kell említenem azt a pompás kezdeményezést, amelyet néhány fiatal szakember indított útjára. Az asztmás gyerekek gyógyítása úszás segítségével.

Hol lehet úszást oktatni? Milyen lehetőségek vannak?

– *Tanuszodák:* az oktatás ingyenes. Sajnos kevés ilyen uszodával rendelkezünk. Anyagi gondok hátráltatják az újak építését.
– *Napközi otthon:* Nevelővel uszoda látogatás. Feltétel: a pedagógus jól tudjon úszni. Felmérést kell készítenie a tanulók között:
  – úszni nem tudók,
  – gyengén úszók,
  – úszni tudók.
– *Nyári napközis táborok:* Balaton mellett nyaraló, táborozó gyerekek úszásoktatása.
– *Szülői ház:* Iskolai úszásoktatás aktív segítője lehet a szülő, hiszen megalapozhatja, illetve továbbfejlesztheti az iskola oktató munkáját.

Nagyon jó lenne, ha sok gyerek megismerhetné az úszás alapjait. Az úszás nemcsak fegyelmezettségre, bátorságra tanít, hanem a szabályok betartását is megköveteli művelőjétől. (Kijelölt helyen való fürdés, nem ugrik felhevült testtel a vízbe stb.)

Jó lenne, ha a tanterv kötelezővé tenné a nem testnevelésre szakosított osztályok számára is az úszás teljesebb elsajátítását. Bizonyosan csökkenne a nyári vízibalesetek száma.

MOLNÁR GYÖNGYI

A játék nevelő szerepe a testnevelésórán

Azok az alapvető összefüggések és különbségek, amelyek a történelem folyamán a játék és a munka között kialakultak, egyben meghatározzák a játék értelmét és fontosságát is az általános iskolai testnevelés-tanterv követelményrendszerének megvalósításában.

A játék helyét és szerepét a pedagógiai munkában már *Komensky* is meghatározta az 1600-as évek közepén, s azokat az oktatásban fel is használta, sőt megteremtette iskolájában a munka és a játék kapcsolatát. Szerinte a játékot három dolog díszíti: a test élénksége, a lélek vidámsága és a rend.

S valóban. A játéktanulás és maga a játéktevékenység sohasem öncélú, mert minden játékfeladat megoldása során előtérbe kerül az eredményesebb megoldások keresése a győzelem kivívása érdekében. Az erre irányuló törekvések viszont megkívánják a tevékenység feltételeinek, a játékban részt vevők lehetőségeinek és kötelezettségeinek meghatározását: a szabályok alkotását.

A *szabályok* – az életkornak és a játék jellegének megfelelően változtathatók, egyszerűsíthetők és nehezíthetők. A testnevelési játékok oktatása során különös figyelmet kell fordítani arra, hogy a szabályok mindig egyértelműek legyenek, s valóban a játék sikerét szolgálják. Csak így követelhetjük meg a szabályok megtartását, a hozzájuk való alkalmazkodást és az önfegyelmet, ami játék közben a legnagyobb erőfeszítést követeli. Hiszen nevelési cél is az, hogy a tanuló képes legyen a közösség által elfogadott és tiszteletben tartott szabályok és követelmények szellemében élni és cselekedni az élet más területein is.

A felfokozott érzelmi és hangulati környezetben szembetűnőek a gyermekek pozitív és negatív viselkedési megnyilatkozásai. Csak néhányat említek: siker- és kudarcélmény elviselése, önző vagy önzetlen magatartás, káröröm, türelem, türelmetlenség, akaraterő és kitartás.

A játék és sport személyiségfejlesztő hatása valamennyi nevelési területen érvényesül. Mégis kiemelnék e nevelési területek közül kettőt, mert véleményem szerint az utóbbi évek tapasztalatai alapján megérdemli, hogy kiemelten foglalkozzunk vele. Az egyik az erkölcsi, a másik a közösségi nevelés.

Az *erkölcsi nevelés* nem merülhet ki csupán abban, hogy megakadályozzuk a negatív erkölcsi tulajdonságok érvényre jutását, hanem törekedni kell arra, hogy a pozitív erkölcsi jegyek a személyiség sajátjává szilárduljanak. A játék során spontán vagy tudatos kapcsolatok, *csapatok és közösségek alakulnak.* A nevelőnek törekednie kell arra, hogy e kapcsolatok pozitív hatásait erősítse az egész közösség és az egyének fejlődése érdekében.

BILKÓ MAGDOLNA

Tornaverseny bíráskodásról

Megtörtént esetet írok le, tanulságul, egyúttal javaslattal.

Vidéki városban rendezték meg az úttörő-talajtorna bajnokságot. Előzőleg az érdekeltek elmentek egymáshoz, megtekinteni a munkát, és már ekkor zavar támadt a versenyzők között. Két csapat edzett, és mindegyik másképpen gyakorolta az előírt gyakorlatot. Elkezdődött a vita, és elővették a kiírást.

Egyetlen csapat végezte a kiírás szerint a gyakorlatot, a többiek, mind magasabb szintű mozdulatokat „csempésztek" be a kiírt gyakorlatba. Mikor a valóság szerint dolgozó kifogásolta az ún. magasabb szintű mozgást, akkor letromfolták a többiek mondván, úgy szebb és értékesebb a „kiírt" gyakorlat. Az nem is vitás, ha egy egyszerű, a kornak, a nemnek, a képességnek megfelelő gyakorlattal szemben többet érő, magasabb szintű gyakorlatelemet viszünk be, az természetesen szebb, mutatósabb lesz. De! Ez nem felel meg a kiírásnak, a magasabb elemekkel díszített gyakorlatot a bírók nem értékelhetik magasabban.

Mi tehát a szabályos? Az, amit a hivatalos kiírás mond, amit leír. Csak ez lehet hiteles, a versenybírók csak ezt értékelhetik! Ha ez nem így lenne, akkor minden csapat saját ízlése szerint változtatná, variálná, színesebbé tenné a hivatalosan kiírt gyakorlatot, és ezt nem lehet egységes szemlélettel, reálisan bírálni. Annak van igaza, aki a hiteles versenyanyagot a kiírás szerint végzi el!

Mit kellene tenni egy-egy városi, területi, járási verseny előtt? Gyűjtsük össze azokat, akik be akarnak nevezni. Egy hozzáértő nevelő felolvasná a kiírt anyagot. Egy iskola növendéke bemutatná a „hiteles" anyagot. A bemutatás legyen teljesen kifogástalan, fedje teljesen a kiírás tartalmát, és utána történhet a megbeszélés.

SOMORJAI LÁSZLÓ

Pillanatok a TF életéből

I.

A Testnevelési Főiskolán a tanév utolsó Egyetemi Tanácsülésére 1983. június 3-án került sor. Igen „súlyos" téma került terítékre. A 25/1969. kormányrendelet értelmében ugyanis az egyetemek és főiskolák működési rendjét, szerkezetét 1983. december 31-ig tartó határidővel korszerűsíteni kell. Ez azt jelenti, hogy ahol szükséges – tehát ahol a képzési célt az idő múlásával, az ismeretek fölhalmozódásával és átalakulásával, az oktatási, szervezési renddel jobban összhangba kell hozni – ott új oktatási, adminisztratív vagy éppen kutatási formákat, lehetőségeket, egységeket kell létrehozni. Ebbe a folyamatba azonban az érdekelt közösség egészét be kell vonni, az illetékes tömegszervezetekkel együtt.

Ennek szellemében az *1. napirendi pont* tárgyalása, aminek előkészítéséhez a Tanszékek írásos véleményét is bekérték, nagy horderejű esemény volt a Főiskola életében. Ezt az is igazolja, hogy 17 hozzászólás hangzott el. Ezekből az elhangzás sorrendjében – idézünk.

Dr. Frenkl Róbert tanszékvezető egyetemi tanár kiemelte: sajnálatos, hogy tíz esztendőre visszanyúlva talán még inkább polarizálódtak a vélemények a szerkezeti átalakítást illetően. Voltaképpen differenciálásra, s nem integrálásra utalnak a tanszéki javaslatok, s ennek alapján méltányolja a rektor álláspontját, amennyiben a helyzet meglehetősen kilátástalan. Felhívja a figyelmet arra is, hogy az elmúlt 33 esztendőben nem volt „strukturális" változás a TF-en – ami szintén nehezen tartható állapot. Rámutat a jelenlegi intézményi felépítésre, s ezzel összefüggésben arra, hogy a tudományos kutatás háttérbe került – legalábbis a sportági tanszékeken. Javaslatai között többek között a rekreáció, rehabilitáció kapcsolatában felmerült már-már társadalmi méretekben jelentkező igény – feltételrendszer – kielégítését sürgeti, amire ő maga már 1972-ben az úszást illetően is hivatkozott.

Dr. Terényi Imre – a főiskola egykori főigazgatója – rendkívül aktuálisnak tartja a tanszékek, intézetek stb. strukturájával kapcsolatos vitát, mitöbb módosítást tartalmazó döntést. Döntést, amit mindenekelőtt a főiskola vezetői apparátusának a főhatóságokkal egyeztetve kell meghoznia. Javasolja a mintegy 60–70 oktatott tantárgy felülvizsgálatát, majd szervezeti egységre és személyekre tekintet nélkül – elméleti alapon – kell meghozni a szükséges módosítást. Ő is azokkal ért egyet, akik az „intézményesítést" helyezik előtérbe. (Pl. Társadalom-, Természettudományi, Sportági Intézet).

Dr. Kutassi László – a főiskola párttitkára – az „átalakítás" több lépcsős „megépítését" a legközelebbi jövőre kell tervezni, a személyi kérdéseket is szem előtt kell tartani, s nemcsak a „struktúra" hanem az oktatói kar (életkori) összetétele vonatkozásában, hiszen a tanári kar átlagéletkora csaknem 50 év...

Dr. Makszin Imre – a főiskola főtitkára – arra a lényeges szempontra hívta föl a figyelmet, hogy mindenféle változtatásnak az iskola képzési céljából kell kiindulnia.

Dr. Istvánfi Csaba – oktatási rektorhelyettes – az elhangzott vélemények integrálhatatlanságát emelte ki. Indokoltnak tartja a változtatást különösen azért, mert az ismeretek fölhalmozódásával pl. bizonyos elméleti tárgyak nehezen léphetnek tovább. Ad hoc bizottság létrehozását, illetve határozathozatalt javasol. Határozatként terjeszti elő, hogy a főiskola vezetése 1983. decemberéig döntésre kész változattal álljon elő, amit a Tanács elfogadott.

Az ülés további napirendjén a nevelőmunkával kapcsolatos jelentés (későbbre halasztva), illetve az Atlétika Tanszék oktató-nevelő és tudományos munkáról szóló jelentése szerepelt a személyi ügyek és egyebek mellett. A rektor javasolja a Tanácsnak Dr. Békési Sándor docens tanszékvezetői megbízatásának újbóli, hároméves meghosszabbítását, illetve Dr. Tóth Dezső személyét a TFKI igazgatói teendőinek ellátására. (Dr. Nádori László megbízatása lejárt.) A tanács 2/3-os többséggel elfogadta a javaslatokat.

II.

Az új, 1983/84-es tanévben dr. Gombócz János adjunktus vezetésével újjáalakult a Közművelődési Bizottság. A KISZ-szervezet működését, kulturális munkáját kiegészítendő, segítendő számos érdekes rendezvényre került sor. Diavetítéses előadás hangzott el *dr. Jakabházy László* kanadai tanulmányútjáról, valamint angol, francia és német nyelvű diavetítéses útibeszámolókat hallhattunk.

Ismét nagy sikerrel zajlottak le – a lassan már hagyományt teremtő – TF-napok, még 1983 májusában. Több neves együttes közreműködése mellett a főiskola hallgatói megrendezték a tanszékek vetélkedőjét, a „Lórum–Fórumot, ahol a főiskola tanárai „magukkal" találkozhattak szembe...

1983. október 13-án került sor az új tanév első Egyetemi Tanácsülésére, aminek 1. pontja az 1982/83-as tanévről szóló jelentés volt – *Zalka András* rektor írásos előterjesztése alapján. A kiegészítések után a Tanács egyhangúan elfogadta a jelentést, illetve az 1983/84-es tanév munkatervét. Végül az 1982/83-as tanévi szakés mesteredzők továbbképzésével kapcsolatos jelentést tárgyalta és fogadta el a Tanács.

III.

Az 1983. év utolsó tanácsülésére december 22-én került sor, aminek keretében a *TF tanszéki struktúrájának* újabb vitája volt az 1. napirend. A rektor úgy döntött, hogy nem fog határozatot hozni a kérdésben, de az elhangzott összes véleménnyel együtt az anyagot továbbítják. Kifejtette, hogy a tanszékek javaslataiban a sajátos érdekstruktúrák tükröződtek, ami természetes megnyilvánulás. Várhatóan a részletekben lesz még vita. Abban csaknem mindenki egyetértett, hogy változtatásra szükség van.

A bejelentések között kiderült, hogy a TF nevelő munkájáról szóló korábbi jelentést 1984. január 25-én összoktatói értekezlet keretében vitára bocsátják.

A Tanács tagjai egy perces néma felállással adóztak a napokban elhunyt Erdős István egyetemi adjunktus emlékének. Igazi kollégát, testnevelőt s nagyszerű embert veszítettünk el személyében.

1983 októberében – novemberében a Testnevelési Főiskolán két alkalommal is színvonalas tudományos tanácskozásra került sor: *kandidátusi disszertációk* házi védése zajlott le. *Dr. Rigler Endre* értekezése mintegy 190 oldalon a sportmozgások pontosságáról szólt. A dolgozat vitája során kiderült, hogy nemcsak a szerző, de a hozzászólók is magának a fogalomnak a pontosítását is szükségesnek tekintik. Egyben a rendkívül módon s nagy áttekintést nyújtó módszerek s az általuk nyert eredmények megbeszélését (diszkusszióját) mint a dolgozat alapvető részét – tartalmi megfontolások miatt is – önállóan kell kifejteni, megszerkeszteni. A dolgozat az egyszerű, valamint az összetett mozgások elemzését is elvégzi. Alapos betekintést kaphatunk a járás vagy egy talajtornaelem végrehajtásának erő–idő viszonyairól, vagy éppen az izmokban zajló elektromos jelenségekről. A dolgozat egyik alaptétele – mely szintén erőteljes vitát váltott ki – az, hogy a mozgás pontossága a mozdulatok ismétlődése, „ritmusossága". Esetenként ennek statisztikai elemzésére is vállalkozott a szerző, aki a vizsgálatok nagy részét egy nyugatnémet sportfőiskola laboratóriumában végezte. Érdeklődéssel várjuk a kandidátusi értekezés téziseinek megjelenését, a dolgozat nyilvános védését.

A másik értekezés nyilvános vitájának időpontja is ismert. Eszerint *Mészáros János* és *Mohácsi János* (mindketten a TF Orvostudományi Tanszékének oktatói) „A biológiai fejlettség meghatározása és a felnőtt termet előrejelzése a városi fiatalok fejlődésmenete alapján" c. értekezésének védésére 1984. február 3-án kerül sor. A dolgozat *elvi* célkitűzése a biológiai fejlettség egy praktikusan lehetséges antropometria meghatározásának kidolgozása és objektív jellemzése volt. *Gyakorlati* szempontból azt a célt tűzte ki a szerzőpáros, hogy bemutassák a sportági szakágválasztás szempontjából lényeges felnőtt testmagasság előrejelezhetőségét, meghatározásának menetét, továbbá a biológiai fejlettségre utaló adatok felhasználhatóságát. Összesen 24 055 kísérleti személyt vizsgáltak meg, azaz a városi általános és középfokú iskolák tanulóifjúságának 2,5%-át „mérték meg"; így *reprezentatív* mintát állítottak elő. Minthogy az általános és középfokú iskolák tanulóinak legnagyobb többsége részt vesz a testnevelésben, nem fölösleges kissé részletesebben említenünk a közérdeklődésre számot tartó kutatási eredményeket.

A *növekedésvizsgálatok* szempontjából kiderült, hogy az 1981–1982-ben mért testmagasság és testtömeg adatok lényegesen nagyobbak, mint a 60-as években mért átlagok; egyben az 1970-es adatokkal összevetve ezek (1981–82) szintén nagyobbak. A 18 éves korban tapasztalt adatok legföljebb csak a 70-es évek felnőttjeinek (egyetemisták) adataival hozhatók párhuzamba.

A *biológiai fejlettség* tekintetében kimutatták a szerzők, hogy az általuk alkalmazott becslési eljárás hiteles (valid). Ugyanolyan jól tudják becsülni 11–13 éves korban a biológiai fejlettséget az általuk kifejlesztett egyszerű antropo-

metriai eljárással, mint amilyen pontosan azt a csontéletkori (radiológiai) módszerrel lehet elvégezni. Mitöbb, a mérés (becslés) pontosságát a serdülőkori gyors ütemű fejlődési „lökések" sem befolyásolják kedvezőtlenül. A szerzők módszerének alkalmazása sokkalta kevesebb időt igényel, mint a csontéletkori meghatározás, így nagy csoportokat gyakrabban lehet ellenőrizni (pl. sportiskolákban stb.).

A fiatalok *fejlődésére* vonatkozóan a szerzők arra utalnak vizsgálati eredményeik alapján, hogy az 1972 és 1981 közötti fejlődés tovább folytatódott, de ennek üteme lelassult.

A dolgozat szerkezete, pontossága mindenkit meggyőz, így elfogadhatjuk azt a tanácsot is, mely szerint – tekintettel a sportiskolákban jelentkezők csökkenő arányára – a fiatalokat nem eltanácsolni, hanem a számukra kedvezőbb sportághoz kell átirányítani.

Boros Jenő felvétele

KÖNYVISMERTETÉS

A Császár és utána a sötétség

Hogy ki volt a Császár? Azt hiszem, senkinek sem kell bemutatni, még a mai tinédzsereknek sem. Ma már legenda, fogalom; nosztalgia tölti el neve hallatára azokat is, akik sohasem látták a pályán. Róla és néhány társáról, az utána következőkről szól Bocsor Miklós könyve (A Császár és utána a sötétség. Sport, Budapest, 1984.)

A szerző – Varga Zoltánnal, az egykori, a mexikói olimpiáról disszidált csillaggal beszélgetve könyve témáját így foglalja össze:

„...Érdekel a magyar futball sorsa. Mert kíváncsi vagyok, mikor veszítettük el végleg a gyeplőt, s ha erre rájövünk, abból talán tanulhat valamit az utókor. És mert borzasztóan fájlalom, hogy a legkülönfélébb okokból, de ragyogó tehetségű embereket veszítettünk, veszítünk!..."

S a tanulság egy része:

„De ha az elszántság nem is volt a régi, egyvalami a régi maradt: nagy győzelem után a vezetők többsége valósággal elolvadt, nagy győzelem után mindent lehetett. Bűnök évültek el, lakáskiutalások születtek, nagy pénzek forogtak.

Vereség után pedig a legszívesebben visszavettek volna mindent.

Tort ültünk, temettünk, egyik napról a másikra jutalmaztunk és büntettünk – s a játékosok megtanultak élni és visszaélni ezzel az egyik napról a másikra éléssel. És megtanultak egyszeri sikerben gondolkodni, mert tudták, hogy céljaikat azzal is el lehet érni.

Nem Alberttől lett ilyen a magyar futball, de az idők folyamán – ő pontos tükörképévé vált ennek az állapotnak. Ha rákényszerült, kiadta magából a maximumot, de többnyire nem kényszerítették, s ő önmagától ritkán tett rá többet.

Talán csak egyetlen dologgal nem számolt.

Mert sokakban éppen azért gyűlik a méreg, mert saját tehetetlenségükre ébrednek az ő csipőre tett keze láttán.

És ezek az emberek akkor haragszanak majd meg, ha már nem lesz akkora szükség rá..."

A szerző olvasmányos, s ugyanakkor mély gondolatokat tartalmazó, esszészerű könyvében Albert Flórián, Varga Zoltán Kocsis Lajos, és Törőcsik András jellemét, gondolkodását, szerepét igyekszik megfejteni, életútjuk, jelenük bemutatásával. Elsősorban a Császárt mutatva be. Tőle indul ki, nem a megszokott sémához ragaszkodva, nem az aranycsapattal kezdve.

Albert pályafutása, császársága, tündöklése és bukása, játékának és gondolkodásának ellentmondásai, elgondolkoztató jellegzetességei mintha valóban eszenciája lenne az FTC sorsának, s ezen keresztül a hatvanas évek magyar futballjának. Az utódok hasonlóképpen reprezentálják a hatvanas évektől napjainkig tartó válságot. S talán nem merészség az az állítás: jellemzik az egész magyar élsportot.

Ez talán a legnagyszerűbb erénye ennek a kitűnő könyvnek.

Az olimpiák árnyai

„A béke vagy te, Sport! /a népeket egymáshoz fűző szép szalag/ és testvérré lesznek mind általad..." – írta Coubertin olimpiai aranyérmes versében. S ha a sport a béke – amit sajnos ma már nem mindig jelenthetünk ki egyértelműen –, a nagy sportversenyek, köztük is elsősorban az olimpia a béke nagy ünnepe. De vajon így van-e?

Az olimpiák történetét tanulmányozva egyértelműen kiderül, hogy nincs. A „béke ünnepe" inkább csak vágyálom, inkább csak elhitetjük magunkkal, mert szeretnénk hinni benne. Kevés olyan olimpia volt, ahol semmi külső, sporton kívüli tényező nem zavarta a Játékokat. Hol gazdasági meggondolások, érdekek nőttek a sporteseményekfölé (1900-ban és 1904-ben a világkiállításnak rendelték alá az olimpiát), hol államokat nemzeteket tiltottak ki a népek nagy ünnepéről (mint 1920-ban az egykori Központi Hatalmakat, 1924-ben Németországot), hol helyi, de néha földrésznyi vagy még nagyobb területet érintő politikai-társadalmi kérdések megoldását várták az olimpia bojkottjától, a NOB-ból való kilépéstől (az afrikai államok bojkottja Montrealban, a nyugatiaké Moszkvában, a Kínai Népköztársaság és Tajvan vitája). Három olimpiát a világháboruk miatt nem lehetett megtartani – hogy csak a legfontosabbakat említsük.

Az olimpiák árnyai című kötet (Tanulmányok, visszaemlékezések, riportok, MA Produkt) ezekkel a kérdésekkel foglalkozik. A kilenc szerző kilenc fejezetben mutatja be az olimpiai eszméket megzavaró momentumokat. Ez a „sokszerzőjűség" okozza az olvasóban felmerülő hiányérzetet. A szerzők szemlélete nem egységes. Többségük valóban a címben megadott témával foglalkozik, előfordul azonban, hogy egy-egy részben többet olvashatunk a magyar sportolók versenyeiről és sikereiről (ami ugyebár nem az árnyak közé tartozik), mint a zavaró problémákról.

A fenti lehet elsősorban az oka annak is, hogy lényeges dolgok nem kerülnek szóba vagy éppen csak megemlítésre kerülnek (az NDK, a Szovjetunió kirekesztése, az 1956-os Szuezi konfliktus stb.).

Ennek ellenére érdekes olvasmány ez a gyűjtemény, melynek olvastával óhatatlanul felvetődik a kérdés: meddig lesz olimpia? Lesz-e még olimpia? S a megrendezett versenysorozat valóban olimpia lesz-e?

Kárpáti Rudolf – a könyvben idézett – nyilatkozata ezt a kétséget fejezi ki: „Ma is látok bizonyos veszélyeket, féltem az olimpiát, mert ezek a játékok a legnagyszerűbbek azok közül, amiket az ember valaha kitalált. A világ várja, a világ számít ezekre a versenyekre. Az olimpia ≫a legnagyobb≪, de ezt felismerték, és a ≫nagy politika≪ is eszközként használja. Ez pedig a végét jelentheti. Nem szabadna ezt a gyönyörű játékot elvenni az emberektől és másra felhasználni, mint ami."

Bízunk azonban abban, hogy Willi Daumenak lesz igaza, aki a müncheni terrorakció után ezt mondta: „A müncheni olimpia első napjaiban látványosan bebizonyosodott, hogy a játékok az egész világ és nemcsak a sportvilág tetszését vívták ki, s az emberek azt jó dolognak tartják. Egy jó dolgot pedig terrorakciók nem változtathatnak át alapjaiban rossz dologgá. Ellenkezőleg. Ezek a bűncselekmények, éppen, mert az olimpiai játékokon követték el őket, felrázhatják a világ lelkiismeretét, még drasztikusabban elítélék őket, mint eddig, és remélhetőleg meg is nehezítik az újabbak elkövetését.

Bízunk benne, hogy ez a könyv, s a hozzá hasonlók is hozzásegítenek ehhez.

Fészekrakás Észak-Amerikában

Távoli tájak, messzi népek sportjával megismerkedni mindig érdekes. Érdekes még annak is, aki egyébként nem nagyon rajong a sportért.

A vén Európát jól (jól?) ismerjük. Ázsia, Afrika, Ausztrália, Amerika a legtöbbünk számára ismeretlen földrész, szokatlan, furcsa világ. Számomra az egyik legérdekesebb, „legegzotikusabb", legfurcsább világ Észak-Amerika. Talán, mert lakosságának legjelentősebb része – nem is régen – Európából vándorolt ki. Utánagondolva persze érthető a kivándorlók nagy és gyors megváltozása: a gyökérnélküliség, a múlt hiánya okozhatta, hogy Amerika a szélsőségek, a „leg"-ek hazája. S ha valamiben esetleg a valóságban nem a legnagyobb, a legkisebb, a legjobb stb., akkor is annak tartják, annak mondják. Így lehet, hogy nem egy profi sportágban a tulajdonképpeni nemzeti bajnokságot világbajnoksággá léptette elő az amerikai nagyzás.

Zsolt István, az egykori, nemzetközileg is elismert futballbíró, több kitűnő sportkönyv írója nemrégiben Amerikában járt. Örök szenvedélye, az európai futball helyzete után nyomozott. (Amerikában a *futball* egészen mást jelent, az európaihoz nem is hasonlítható sportot, mint a világ más tájain. Az európai futballt az észak-amerikai *soccer*-nak nevezi.)

Érdekes, hogy – bár az amerikaiak jelentős része századunkban, a futball európai elterjedése után vándorolt ki – ez a sport mégsem terjedt el igazán. Egy jellemző vélemény a könyv egyik interjualanyától:

„– És mint néző?

– A futball. A többi profi sport is persze, már csak beosztásom miatt is. De a futball mindig, mindenek felett.

Biztosan így van, ha mondja, de én a mi sportunk, a soccer után nyomozok itt.

– Ha másért nem, hát hivatalból is, ahogy mondta, bizonyára végignézett már igazi európai futballt is.

– Természetesen végignéztem, ámbár nem annyira néztem, mint inkább végigunatkoztam

– A megítélés, izlés dolga, inkább azt mondja meg, véleménye szerint, hogy áll ennek a sportnak az ügye itt. Maga mit érez, van a soccernak maguknál jövője?

– Értem én, hogy szereti, nem akartam én magát megbántani, István, ilyen az apám is, a másik európai, dehát holt unalom ez a sport, akárhonnan nézem."

Zsolt István jó író. Így nem csak a soccer helyzetét, ügyét vizsgálja, hanem kitér az amerikai futballra, sőt az amerikai életformára is. Könyve szellemes, olvasmányos, a lényegre tapintó. Ezért is ajánlható mindenkinek.

Szekeres István: Karfiolfülűek klubja

15 arany-, 12 ezüst- és 17 bronzérem az olimpiákon – nem akármilyen mennyiség. Hát még a világversenyek érmei... Ezt mind a „karfiolfülüek klubjának magyar szekciótagjai érték" el. Hogy miért „karfiolfülüek" azt megtudhatjuk Szekeres István könyvéből (Karfiolfülüek klubja, Sport, Budapest, 1984.). S hogy miért klub, arról így ír a szerző:

„A birkózás eleve összetartozást is jelent. Egy birkózó önmagában – abszurdum. Ő csak egyetlen ember a sok milliárd közül, akit az avat birkózóvá, hogy valaki vállalja a küzdelmet vele szemben. Tudom, ez rendkívül naivan hangzik, netán öncélú filozófálgatásnak. Pedig ebben a túl egyszerű gondolatban van a birkózás világának, szemléletének és kohéziójának magja. Csakis két ember együtt tud »alkotni« birkózást, maga a birkózósport pedig e társas küzdelmek összefüggő láncolata.

Mert különös ez az összefüggés. Létezik térben is. Egy európai birkózik mondjuk Ázsia legjobbjával; ebben a küzdelemben mintha a két földrész minden birkózója részt venne, mert hiszen a két versenyző birkózótudását száz és száz otthoni ellenfélen szerzett tapasztalat formálta. Az európainak ezen a mérkőzésen egész Ázsiát kell legyőznie.

E különös összefüggés az időben is felfedezhető. Ha lenne értelme, sajátos »családfákat« rajzolhatnánk fel. Egy mai, fiatal birkózó egy idősebb ellen küzd, tőle akar tanulni, és őt akarja felülmúlni a maga énjével, mozgásának, tudásának egyéni árnyalatával. Valahogy így találkozott az idősebb ellenfél is az egykori klasszissal, az egykori egy még előbbivel. A test érintése – »add tovább!« alapon – a teljesen ködbe vesző múltból vezet el a mába. A mi ifjú titánunk első felnőtt mérkőzésén mintha Weisz Richárddal állna szemben, mígnem a következőn egy még ifjabb ujonccal szemben már ő számít Weisz Richárd sarjának...

... Mert ők összetartoznak. Igaz, nem tömörülnek szervezetbe, nincs külön igazolványuk, hogy íme én birkózó vagyok, birkózó voltam. Csak mintha egy végtelenül nagy körtánc tagjai lennének..."

A szellemes okfejtés természetesen nemcsak a birkózókra igaz, igaz sok más sportág, intézmény tagjaira, de a könyv olvasása közben óha-

tatlanul úgy érezzük: a birkózók esetében különösen így van.

A könyv nem birkózástörténet. Inkább egy gondolkodó, számos versenyt látott – és részben átélt–, a birkózásért határtalanul rajongó újságíró gondolatainak laza – de határozott sorrendben következő – füzére. Talán leginkább sportesszéként határozhatjuk meg műfaját.

A szerző bemutatja az utóbbi évtizedek hazai és világnagyságait (a kettő szerencsére gyakran egybeesik). Nem elsősorban mint birkózókkal, hanem mint birkózó emberekkel ismerkedünk meg velük. Belépünk az edzőtermekbe, a nagy versenyek nézők által nem látogatható helyszíneire. Tudomást szerzünk birkózóink eredményeiről – és sajnos, mai felkészülési gondjaikról is. A végig élvezetes könyvet a Sün-könyvekben már megszokott függelék és képek zárják. Az előbbiből ki kell emelni a testnevelők által nyilván ismert, de nem mindenütt támogatott, semmi felszerelést és előkészületet nem igénylő, de a sportágat megszerettető grundbirkózás rövid szabálykönyvét.

Egy rövidke bekezdéssel azonban vitába kell szállnunk. Az iskola és az egyesületek együttműködésének ismertetésekor írja a szerző:

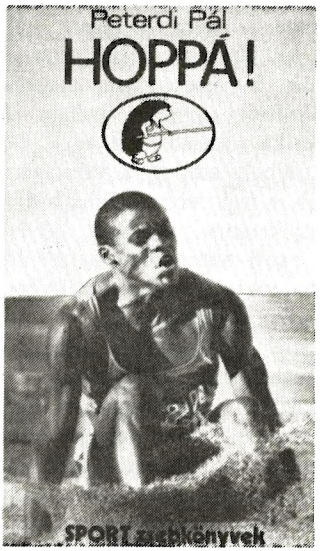
„Már régesrégen nem tudományosan megalapozott kiválasztási módszerekről van szó. Hanem csakis arról, hogy melyik szakosztály kapcsol legelőször, és melyik tud havonta, rendszeresen néhány rongyos százforintost belecsúsztatni a testnevelő tanár zsebébe."

Az idézet első és második megállapítása – sajnos – kétségkívül igaz. Ám a harmadikban rejlő sommás megállapítás hamis és sértő. Bizonyára van olyan testnevelő tanár az országban, aki valóban „fejpénzért" szállít a nagy egyesületeknek tanulót. Ebben én is biztos vagyok. De hogy nem mindegyik, még csak nem is a többség vagy csak egy nagyobb rész, abban is biztos vagyok. A szerző a sport, az egyesületi sport felől közelítette meg a kérdést, s nem ismerve az iskolai testnevelés problémáit, durván általánosított. Ha Szekeres István kicsit részletesebben megvizsgálta volna a kérdést – amit egyébként nagyon is érdemes, sőt szükséges lenne megtenni; bizonyára rájött volna, hogy a hibák, a rossz irányítás okainak feltárása miatt nemcsak a közkatona testnevelő, hanem az alsó- és középszintű vezetés háza táján kell kutatni. És ott sem fejpénz, hanem más okok után.

Kár ezért a pár soros bekezdésért.

Hoppá!

Érdekes, szokatlan felépítéssel megírt könyv jelent meg a Sport Zsebkönyvek sorozatban (Peterdi Pál: Hoppá!, Sport, Budapest, 1984.).



Szokatlan, mert az atlétika ma is űzött ugrószámait (magas-, távol-, rúd- és hármasugrás) az olimpiák és a világcsúcsok történetén át mutatja be. Közben – nemegyszer anekdótákon, kis történeteken keresztül – megismerjük az ugrások technikájának fejlődését, napjaink ugrótechnikáját, egy-egy híres, nagy verseny hangulatát, megismerjük a legkiválóbb ugrókat, az olimpiai helyezetteket, a világcsúcstartókat. Szinte észrevétlenül tudunk meg sok mindent az ollózó, a guruló, a flop stílusról, kialakulásukról, kivitelezésük technikájáról. Ugyanígy jó ismerőseink lesznek a legkiválóbbak: Cornelius Warderdam, Wolfgang Nordwig, John Pennel, Jesse Owens, John Thomas, Valerij Brummel, Ulrike Meyfahrt, Bob Beamon, Viktor Szanyejev és a többiek, köztük a magyarok, az olimpiai bajnok Csák Ibolya és Gyarmati Olga, olimpiai, Európa-bajnoki helyezettjeink és napjaink sztárjai.

Peterdi Pál mesél, idéz, megszólaltat, emlékezik, mindezt jókedélyű, nála szokatlan, de a témához illő visszafogott humorral, jókedvűen, érzékletesen, a lényegre tapintóan. Például így:

„Arról van szó, hogy át kell ugrani egy leverhető léc felett. Az ugró majd mindenképpen földet ér, a léc viszont jobb, ha fönnmarad. Ha nem viszolyognék betegesen a szóvic-

cektől, azt mondanám, hogy ebben a versenyben a léc és az atléta olykor hasonlíthat egymásra. Ha a kísérlet nem sikerül, a léc is, az atléta is – levert. Pardon.

Mármost a léc fölött rengetegféleképpen lehet átjutni, vagy éppenséggel nem átjutni. Az emberi elme bonyolult, és képes ezt a viszonylag egyszerű feladatot is iszonyatos módon összekeverni. Az ördög vigyen el engem, ha itt szakmai fejtegetésekbe bocsátkoznék. Az ilyesminek csak őrületes leégés a vége. Az ilyesmi nem lehet elég rövid és világos ahhoz, hogy a civil olvasó ne kezdjen görcsös ásítozásba, hogy:

– Jóságos ég, ez milyen unalmas.

Ugyanakkor nem lehet elég hosszú és komplikált ahhoz, hogy a szakember ne fakadjon visszataszító gúnymosolyra:

– Atyavilág, hogy ez milyen primitív.

Másrészt viszont a magasugrás csupa technika. Ha erről egy árva szót sem ejtenék, akkor fix, hogy egyik fél sem főúri eleganciámat, grandseigneuri nagyvonalúságomat dicsérné....

...Megmondom, mit csinálok. A magasugrás történetének ecsetelése közben itt-ott majd említést teszek a különböző technikák kialakulásáról is.

Történelemszemlélet a magasugró-technikák fejlődésében."

Peterdi Pálnak sikerült megtartani azt, amit ígért. Megtalálta és bejárta az arany középutat: szórakoztató, ugyanakkor hasznos olvasmányt adott a kezünkbe.

Én a magam részéről csak azt sajnálom, hogy – legalább egy rövid fejezetben – nem kerültek bemutatásra az egykor űzött, olimpián is szereplő, de mára már elfelejtett ugrószámok, például a helybőlugrások. Hiszen ez is hozzátartozik a sport, az ugrások történetéhez.

A könyveket Andor György ismertette.

Inhalt

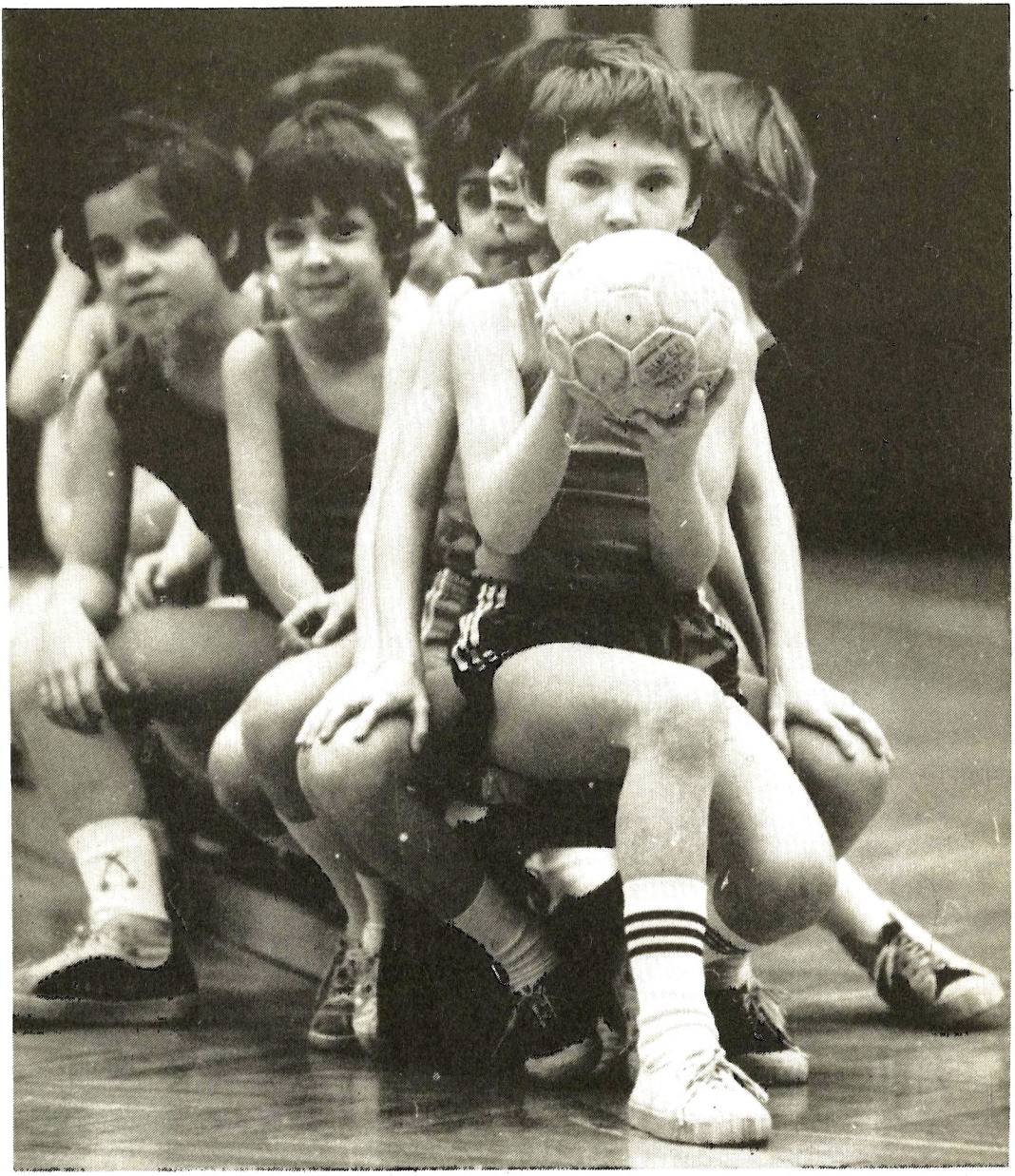
Nagy Sándor–Fehér Valéria: Erfahrungen der letzten fünf Jahre über die Erprobung der prazisierten Anforderungen in Körpererziehung für die Fachmittelschule – III. Teil 161
Dubecz József–Nagy Sándor: Uber die Bewahrung der neuen Erziehungsund Bildungsplane und über die Erfahrungen der praktischen Arbeit – III. Teil .. 170
Somorjai László: Lebenswegs Hajdu Gyula 178
Heilgymnastik 182
Bemerkungen, Beiträge 184
Buchbesprechung 189

СОДЕРЖАНИЕ

Надъ Ш. — Фехер В.: Пятилетние опыты испытания подробной системы требований в специалъной средней школе III. ____ 161
Дубец Й. — Надъ Ш.: О годности воспытанно-учебной программы, введена по предмету физкулътуры, и об опытах практической работы III. ____ 170
Лечебная, гимнастика ____ 182
Замечания, дополнения ____ 184
Изложение книг ____ 189

5,50 Ft

INDEX: 25 825



Boros Jenő felvétele